POLAR WEBSYNC PARA UTILIZADORES DO POLARPERSONALTRAINER.COM

Pode transferir dados entre o seu computador de treino e o serviço Web polarpersonaltrainer.com com o software Polar WebSync 2.x e uma unidade de transferência de dados Polar DataLink ou Polar FlowLink ou um cabo USB.

Transfira gratuitamente o Polar WebSync 2.x a partir de polarpersonaltrainer.com **APLICAÇÕES** / **TRANSFERÊNCIAS**. Clique em **PC MS Windows (XP/Vista/7)** e o assistente de instalação orientá-lo-á durante a instalação.

Não é possível ter o WebSync 1.x.x e o WebSync 2 x instalados no mesmo computador.

Para transferir dados, também vai precisar de uma unidade de transferência de dados Polar DataLink ou Polar FlowLink. Utilize o Polar DataLink com o computador de treino RCX3, com o computador de treino RCX5 e com o computador de ciclismo Polar CS500, e o Polar FlowLink com o computador de actividade Polar FA20 e com os computadores de treino Polar FT7, FT40, FT60, FT80 e RS300X. Use um cabo USB com o computador de treino Polar RC3 GPS.

Se a unidade de transferência de dados não estiver incluída na caixa do produto pode adquiri-la separadamente, como acessório.

TRANSFERIR DADOS COM O POLAR WEBSYNC E COM O DATALINK

*Utilize o WebSync e a unidade de transferência de dados DataLink com o **computador de treino Polar RCX3** com o **computador de treino Polar RCX5** e com o **computador de ciclismo Polar CS500**.*

SINCRONIZAR PELA PRIMEIRA VEZ

Para evitar interferências durante a transferência de dados, não coloque o transmissor WearLink® W.I.N.D. Não se esqueça de verificar se as ligações activas Bluetooth e Wi-fi estão desligadas.

1. Verifique se o ícone WebSync é exibido na barra de tarefas do seu computador. Se o ícone não for exibido, execute o WebSync a partir do ícone existente no ambiente de trabalho do seu computador.

   O ícone WebSync apresenta-se vermelho se o WebSync não detectar nenhum computador de treino

   O ícone passa a verde quando são detectados computadores de treino.

2. Faça duplo clique no ícone WebSync da barra de tarefas.
3. É exibida a janela de **Boas-vindas**. Seleccione **Sincronizar**, se quiser transferir dados de treino.

   Seleccione **Computador de treino**, se quiser ligar ao seu computador de treino e modificar definições ou exportar ficheiros de treino. Veja mais informações em Computador de treino.

Polar WebSync
Bem-vindo ao Polar WebSync
Com o Polar WebSync pode transferir dados entre o serviço Web test.polarpersonaltrainer.com e o seu computador de treino.
polarpersonaltrainer.com
Sincronizar
Computador de treino
A caixa de diálogo do computador de treino só está disponível com determinados computadores de treino.
POLAR
Cancelar

Sincronizar.

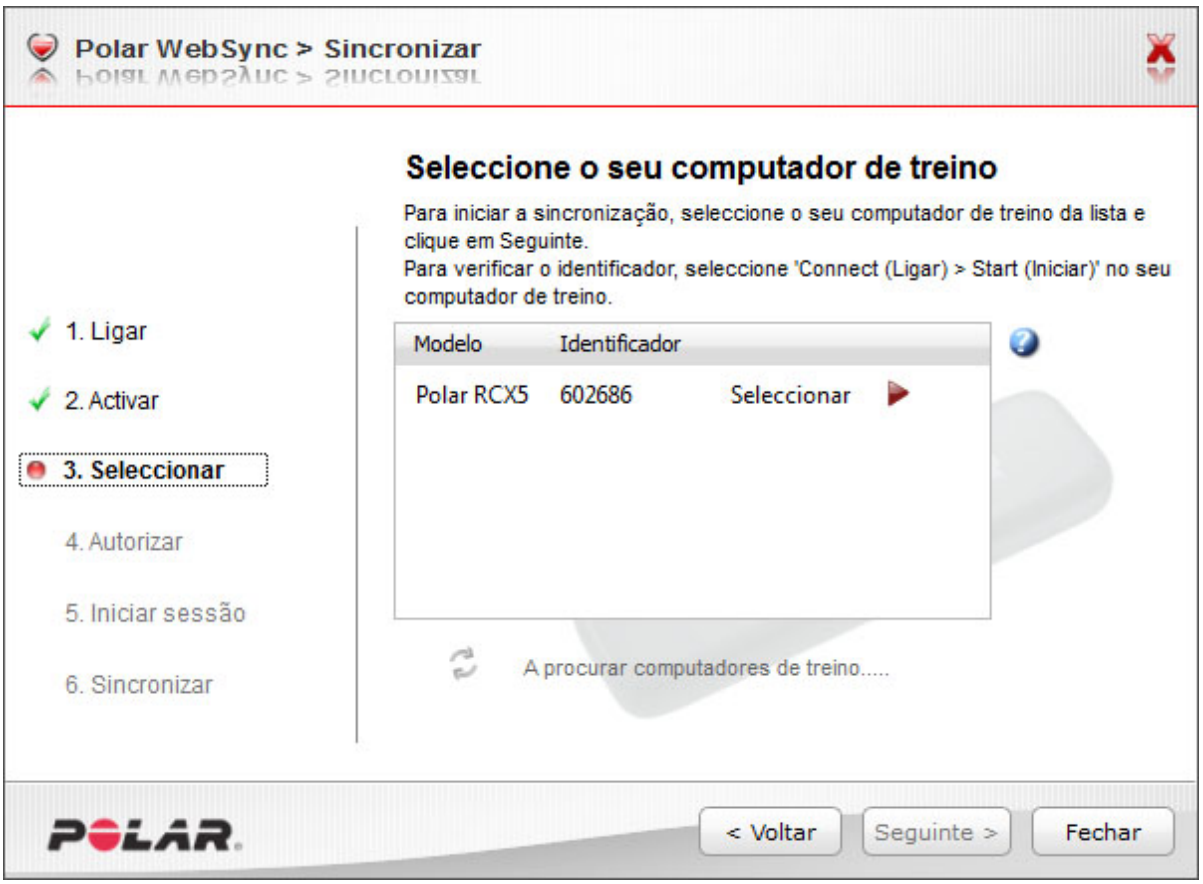
4. Conecte a unidade de transferência de dados (DataLink) à porta USB do seu computador.

5. RCX3 e RCX5: Se o computador de treino estiver no modo de poupança de energia active-o premindo um botão qualquer. No seu computador de treino seleccione: **Ligar** => **Iniciar sincronização**.
CS500: Se o computador de treino estiver no modo de poupança de energia active-o premindo um botão qualquer, sem libertar.

6. Ao fim de alguns segundos é exibida a janela **Seleccione o seu computador de treino**, com uma lista dos computadores de treino encontrados. A lista mostra o modelo e o número identificador dos computadores de treino encontrados. Se o seu computador de treino não figurar na lista, verifique se ele está activado (veja o passo 5).

   Seleccione o seu computador de treino e clique em **Seguinte** ou faça duplo clique no seu computador de treino, a partir da lista.

   Se necessário, verifique o número de identificação do seu CS500, seleccionando **CONNECT** (CONECTAR**)** e premindo **Start** (Iniciar) (botão vermelho) duas vezes. O número de identificação do RCX3 e do RCX5 é exibido no computador de treino quando selecciona **Ligar** => **Iniciar sincronização** e o computador de treino se está a ligar ao WebSync.



7. É exibida a janela **A autorizar o WebSync**.

   É exibida a mensagem **Aceitar a conexão "número" do seu computador de treino "número"**.

   Aceite a conexão premindo **OK**, ou seleccionando **SIM** no seu computador de treino. Inicia-se o emparelhamento do WebSync com o seu computador de treino.

   Se o emparelhamento falhar, é exibida a mensagem: **Falhou o emparelhamento do WebSync com o computador de treino "número".** É exibida a mensagem: **Tente novamente.** Feche a mensagem clicando em **OK**.
   - Reinicie a conexão a partir do computador de treino, do seguinte modo:
   RCX3 e RCX5: Prima **PARA TRÁS**. Seleccione **Iniciar sincronização**.
   CS500: Prima **Iniciar**.
   - Continue a partir do passo 6.

Pode premir **Voltar** na janela **A autorizar o WebSync,** para voltar à lista de computadores de treino encontrados se, por exemplo, tiver seleccionado um computador de treino errado.

8. Introduza o nome de utilizador e a palavra-passe polarpersonaltrainer.com.

   Se seleccionar **Lembre-se de mim**, o WebSync não pede as informações da sua conta da próxima vez que iniciar a sincronização ou conectar o computador de treino. A sincronização começa quando o seu computador de treino é detectado e conectado. Esta selecção pode ser removida em **Definições do utilizador**. Consulte mais informações em Definições de sincronização do Polar WebSync.

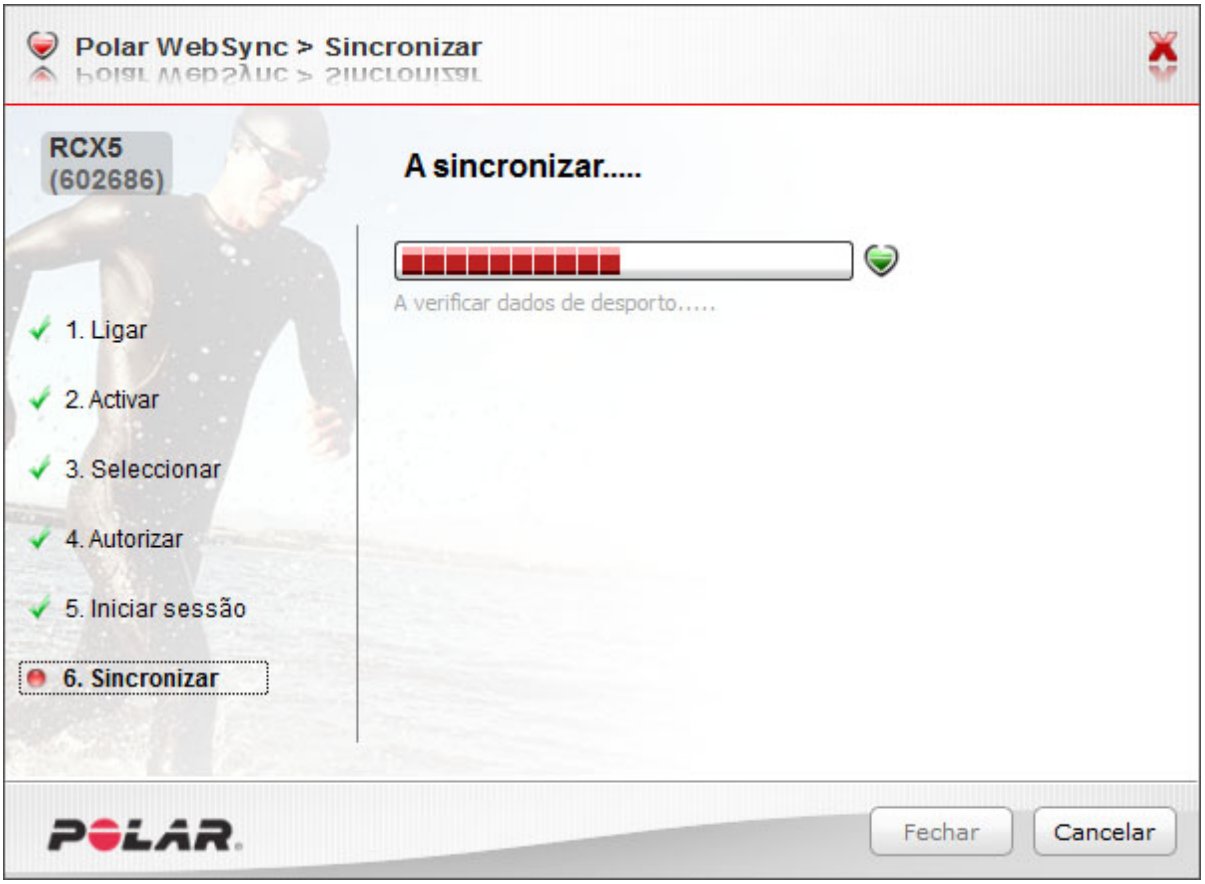
   Se marcar a caixa, pode seleccionar a abertura automática do polarpersonaltrainer.com após a sincronização. Se a sincronização falhar, o polarpersonaltrainer.com não abre.

   Se ainda não se registou em polarpersonaltrainer.com, clique no link **Clique aqui para se registar**.

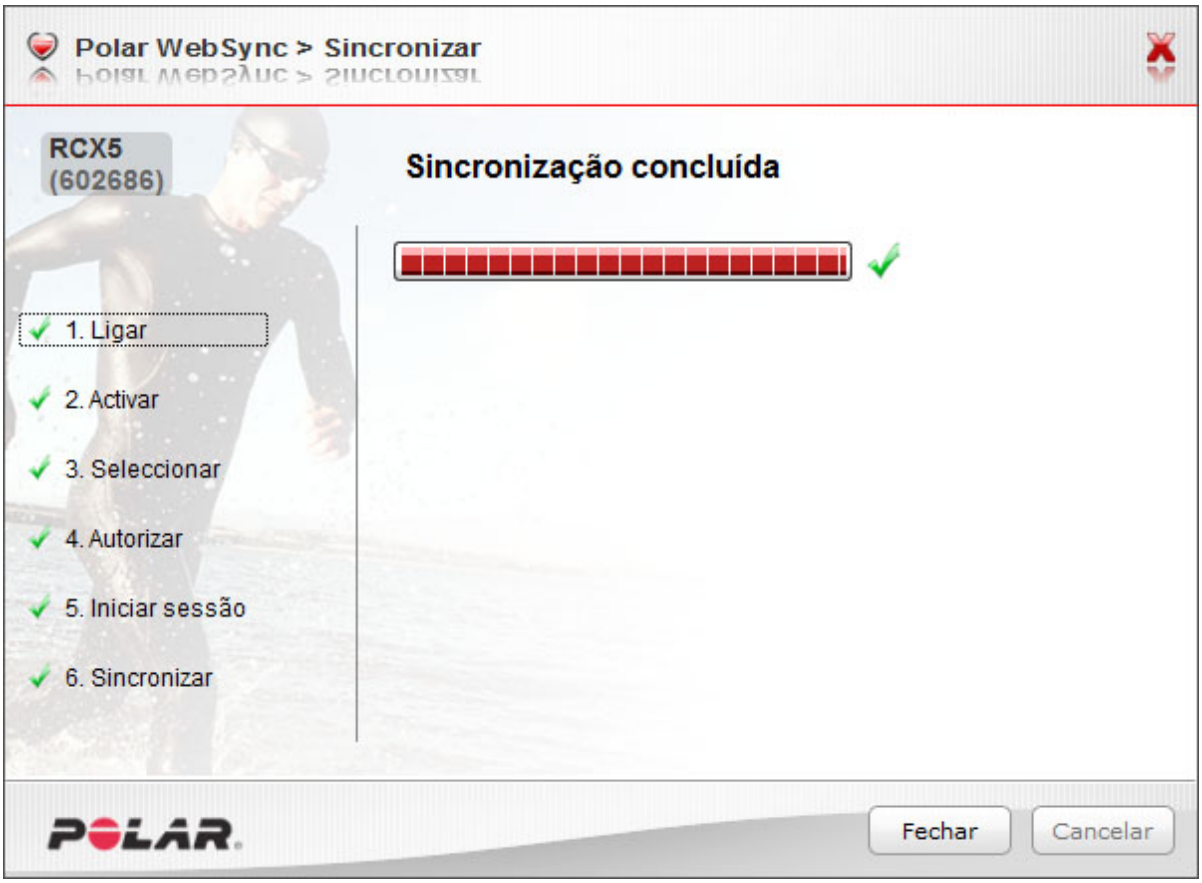
   Clique em **Seguinte**.

   Certifique-se de que o seu RCX3 ou RCX5 está a sincronizar-se ou que o seu CS500 está activado antes de clicar em **Seguinte**.

9. Inicia-se a sincronização.



10. A mensagem **Sincronização concluída** informa que a sincronização foi concluída com êxito.



Se a sincronização falhar, consulte Resolução de problemas para mais informações sobre como proceder.

11. Clique em **Fechar**.

O seu computador de treino e o WebSync são emparelhados na primeira sincronização, o que significa que o identificador do seu computador de treino é guardado na memória do WebSync.

SINCRONIZAR DEPOIS DO SEU COMPUTADOR DE TREINO E DO WEBSYNC SEREM EMPARELHADOS

1. Verifique se o ícone WebSync é exibido na barra de tarefas do seu computador. Se o ícone não for exibido, execute o WebSync a partir do ícone existente no ambiente de trabalho do seu computador.
2. Conecte a unidade de transferência de dados (DataLink) à porta USB do seu computador e active o seu computador de treino.
3. **Utilizadores do CS500**

   A) Se tiver dados novos no seu computador de treino ou se tiver alterado as definições, a sincronização inicia-se automaticamente quando seleccionar a opção **Lembre-se de mim**.

   B) Se não tiver seleccionado **Lembre-se de mim**, inicie a sincronização clicando com o botão direito

do rato no ícone WebSync da barra de tarefas do computador, e seleccionando **Sincronizar** ou fazendo duplo clique no ícone WebSync e seleccionando **Sincronizar**.
- Se o WebSync só detectar o seu computador de treino, é exibida a janela **Introduza o nome de utilizador e a palavra-passe**. Continue a partir do passo 8, no capítulo Sincronizar pela primeira vez.
- Se o WebSync detectar vários computadores de treino, é exibida a lista dos computadores de treino encontrados. Faça duplo clique no seu computador de treino a partir da lista. É exibida a janela **Introduza o nome de utilizador e a palavra-passe**. Continue a partir do passo 8, no capítulo Sincronizar pela primeira vez.

C) Se o computador de treino estiver no modo poupança de energia, é exibida a janela **Computadores de treino encontrados**. Active o seu computador de treino e ele será exibido na lista. Seleccione o seu computador de treino e clique em **Seguinte**. A sincronização inicia-se se tiver seleccionado **Lembre-se de mim**. Se a opção **Lembre-se de mim** não tiver sido seleccionada, é exibida a janela **Introduza o nome de utilizador e a palavra-passe**. Continue a partir do passo 8, no capítulo Sincronizar pela primeira vez.

Se a sincronização não começar automaticamente, inicie-a manualmente fazendo duplo clique no ícone WebSync da barra de tarefas ou clicando no ícone com o botão direito do rato e seleccionando **Sincronizar**.

Para acelerar o início da sincronização, seleccione o modo Conectar a partir do seu computador de treino.

Utilizadores do RCX3 e do RCX5

Se tiver dados novos no seu computador de treino ou se tiver alterado as definições, podem ocorrer as seguintes situações

A)
- O computador de treino **AutoSync** está **Ligado**
- A opção **Lembre-se de mim**, está seleccionada,
=> a sincronização inicia-se automaticamente.

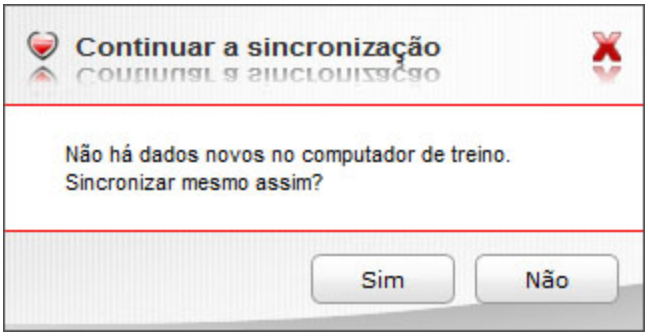
B)
- O computador de treino **AutoSync** está **Ligado**
- A opção **Lembre-se de mim** do WebSync não está seleccionada
=> inicie a sincronização clicando com o botão direito do rato no ícone WebSync da barra de tarefas do computador e seleccionando **Sincronizar,** ou fazendo duplo clique no ícone WebSync e seleccionando **Sincronizar**. Seleccione o computador de treino a partir da lista e introduza o nome de utilizador e a palavra-passe. Inicia-se a sincronização.

C)
- O computador de treino **AutoSync** está **Desligado**
- A opção **Lembre-se de mim** do WebSync está seleccionado
=> inicie a sincronização clicando com o botão direito do rato no ícone WebSync da barra de tarefas do computador e seleccionando **Sincronizar**, ou fazendo duplo clique no ícone WebSync e seleccionando **Sincronizar**. Active o computador de treino seleccionando **Ligar** => **Iniciar**

sincronização. Inicia-se a sincronização.

D)
- O computador de treino AutoSync está **Desligado**
- A opção **Lembre-se de mim** do WebSync não está seleccionada
=> inicie a sincronização clicando com o botão direito do rato no ícone WebSync da barra de tarefas do computador e seleccionando **Sincronizar,** ou fazendo duplo clique no ícone WebSync e seleccionando **Sincronizar**. Active o computador de treino seleccionando **Ligar** => **Iniciar sincronização**. Seleccione o seu computador de treino a partir da lista. Introduza o nome de utilizador e a palavra-passe. Inicia-se a sincronização.

Se não houver dados novos no seu RCX3, RCX5 ou CS500, é exibida a janela apresentada a seguir. Pode continuar ou cancelar a sincronização.



TRANSFERIR DADOS COM O POLAR WEBSYNC E COM O FLOWLINK

DADOS SINCRONIZÁVEIS

- Resultados de treino dos computadores de treino FT7, FT40, FT60, FT80 e RS300X e resultados da actividade diária do computador de actividade FA20 para o polarpersonaltrainer.com
- Dados do utilizador (peso, altura, data de nascimento e sexo) dos computadores de treino FT40, FT60, FT80 e RS300X e do computador de actividade FA20 para o polarpersonaltrainer.com

  Para o FT7, a transferência de dados é bidireccional. Os dados mais recentes são transferidos do computador de treino ou do polarpersonaltrainer.com.
- Resultados de testes dos computadores de treino FT40, FT60, FT80 e RS300X
- Objectivos do treino de força do polarpersonaltrainer.com para o computador de treino FT80. Os três objectivos seguintes do treino de força são transferidos a partir do Diário polarpersonaltrainer.com.
- O estado do programa de treino STAR é automaticamente actualizado a partir dos computadores de treino FT60 e FT80 para o polarpersonaltrainer.com.

SINCRONIZAR

1. Verifique se o ícone WebSync é exibido na barra de tarefas do seu computador. Se o ícone não for exibido, execute o WebSync a partir do ícone existente no ambiente de trabalho do seu computador.

   O ícone WebSync apresenta-se vermelho se o WebSync não detectar nenhum computador de treino

   O ícone passa a verde quando são detectados computadores de treino.

2. Faça duplo clique no ícone WebSync da barra de tarefas.
3. É exibida a janela de **Boas-vindas**. Seleccione **Sincronizar**.

   ***Computador de treino** só está disponível para o **RCX3**, **RCX5** e o **CS500**.*

Polar WebSync
Bem-vindo ao Polar WebSync
Com o Polar WebSync pode transferir dados entre o serviço Web test.polarpersonaltrainer.com e o seu computador de treino.
polarpersonaltrainer.com
Sincronizar
Computador de treino
A caixa de diálogo do computador de treino só está disponível com determinados computadores de treino.
POLAR
Cancelar

Pode ainda iniciar a sincronização clicando com o botão direito do rato no ícone WebSync e seleccionando **Sincronizar**.

4. Conecte a unidade de transferência de dados (FlowLink) à porta USB do seu computador.

5. Coloque o seu computador de actividade/treino, virado para baixo, sobre o FlowLink. O símbolo ALIGN (Alinhar) do FlowLink fica verde quando o computador de treino está correctamente alinhado.

6. Introduza o nome de utilizador e a palavra-passe polarpersonaltrainer.com.

   Se seleccionar **Lembre-se de mim**, a sincronização começa automaticamente da próxima vez que seleccionar esta opção do menu, sem pedir os dados da conta. A sincronização começa quando o seu computador de treino é detectado e conectado. Esta selecção pode ser eliminada em **Definições do utilizador**. Consulte mais informações em Definições de sincronização do Polar WebSync.

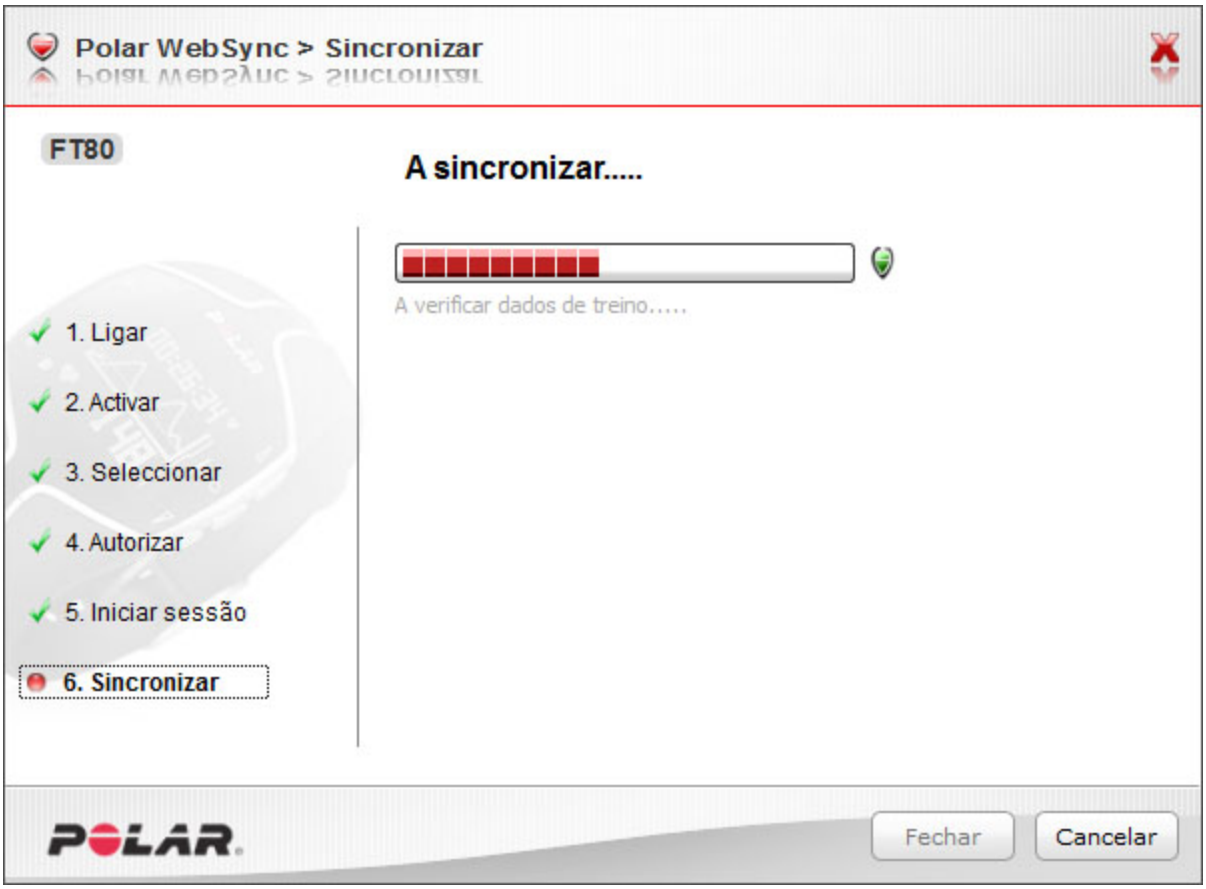
   Se marcar a caixa, pode seleccionar a abertura automática do polarpersonaltrainer.com após a sincronização. Se a sincronização falhar, o polarpersonaltrainer.com não abre.

   Se ainda não se registou em polarpersonaltrainer.com, clique no link **Clique aqui para se registar**.

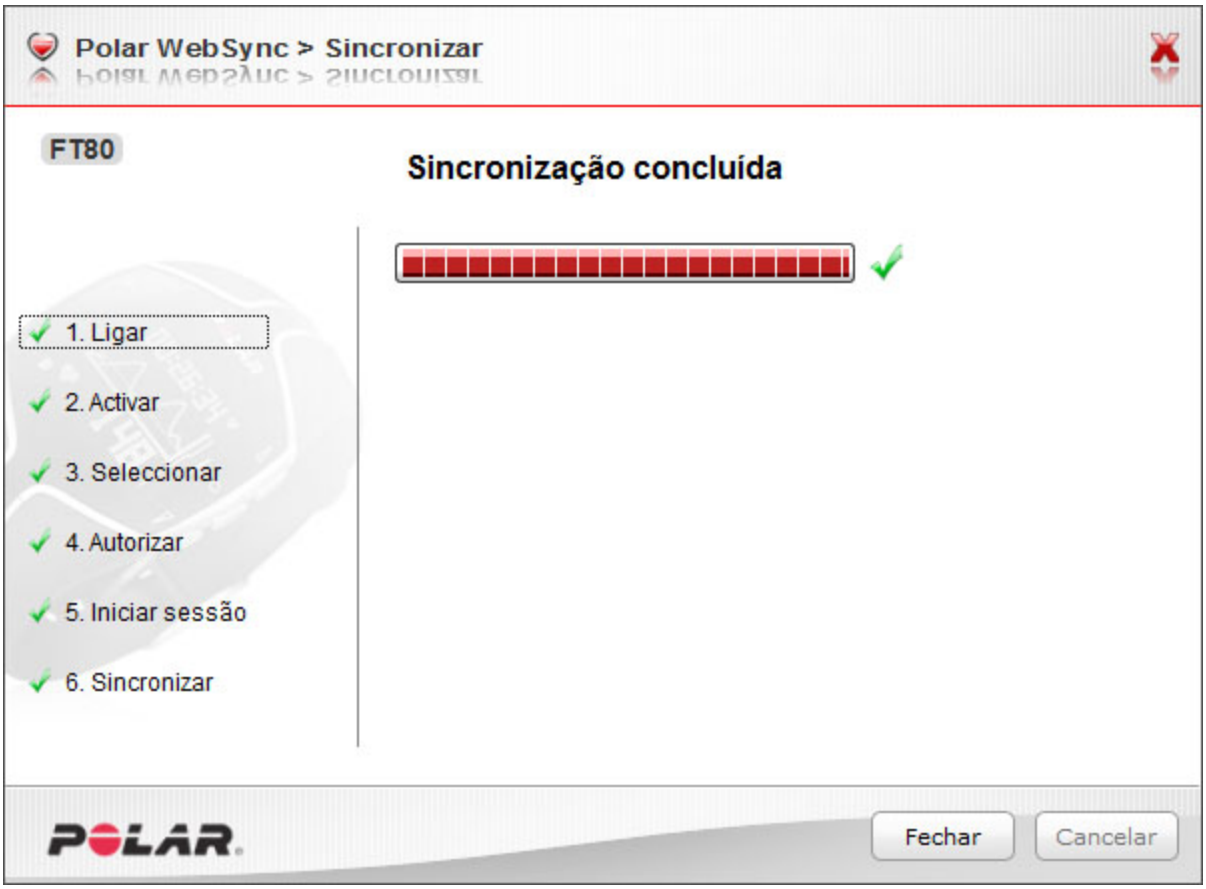
   Clique em **Seguinte**.

7. Inicia-se a sincronização.

   É importante não mover o computador de treino durante a transferência de dados. Até mesmo um ligeiro movimento pode interferir na transferência de dados.



8. A mensagem **Sincronização concluída** informa que a sincronização foi concluída com êxito.



Se a sincronização falhar, consulte Resolução de problemas para mais informações sobre como continuar.

9. Clique em **Fechar**.

Da próxima vez que transferir dados, a sincronização inicia-se automaticamente se tiver seleccionado **Lembre-se de mim**. Se a sincronização não começar automaticamente, inicie-a manualmente fazendo duplo clique no ícone WebSync da barra de tarefas ou clicando com o botão direito do rato no ícone e seleccionando **Sincronizar**.

TRANSFERIR DADOS COM O POLAR WEBSYNC E CABO USB

*Utilize o WebSync e o cabo USB com o **computador de treino Polar RC3 GPS**.*

1. Verifique se o ícone WebSync é exibido na barra de tarefas do seu computador. Se o ícone não for exibido, execute o WebSync a partir do ícone existente no ambiente de trabalho do seu computador.

O ícone WebSync apresenta-se vermelho se o WebSync não detectar nenhum computador de treino

O ícone passa a verde quando são detectados computadores de treino.

2. Faça duplo clique no ícone WebSync da barra de tarefas.
3. É exibida a janela de **Boas-vindas**. Seleccione **Sincronizar**, se quiser transferir dados de treino.

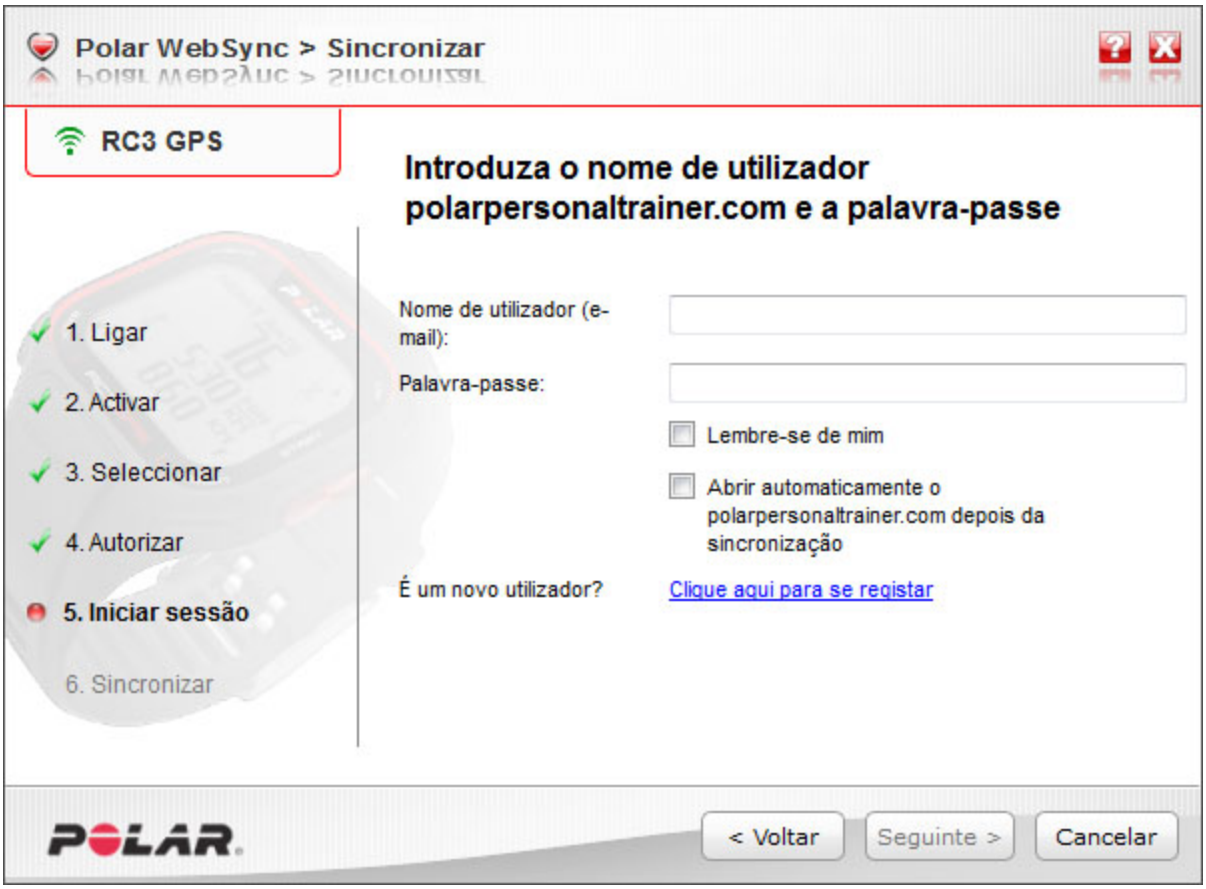
   Seleccione **Computador de treino**, se quiser ligar ao seu computador de treino e modificar definições ou exportar ficheiros de treino. Veja mais informações em Computador de treino.

Polar WebSync
Bem-vindo ao Polar WebSync
Com o Polar WebSync pode transferir dados entre o serviço Web test.polarpersonaltrainer.com e o seu computador de treino.
polarpersonaltrainer.com
Sincronizar
Computador de treino
A caixa de diálogo do computador de treino só está disponível com determinados computadores de treino.
POLAR
Cancelar

Também pode iniciar a sincronização clicando com o botão direito do rato no ícone WebSync da barra de tarefas e seleccionando **Sincronizar**.

4. Ligue o computador de treino ao seu computador com um cabo USB: Ligue o conector USB miniatura à porta USB do computador de treino. Ligue o conector USB à porta USB do computador.

5. Introduza o nome de utilizador e a palavra-passe polarpersonaltrainer.com.



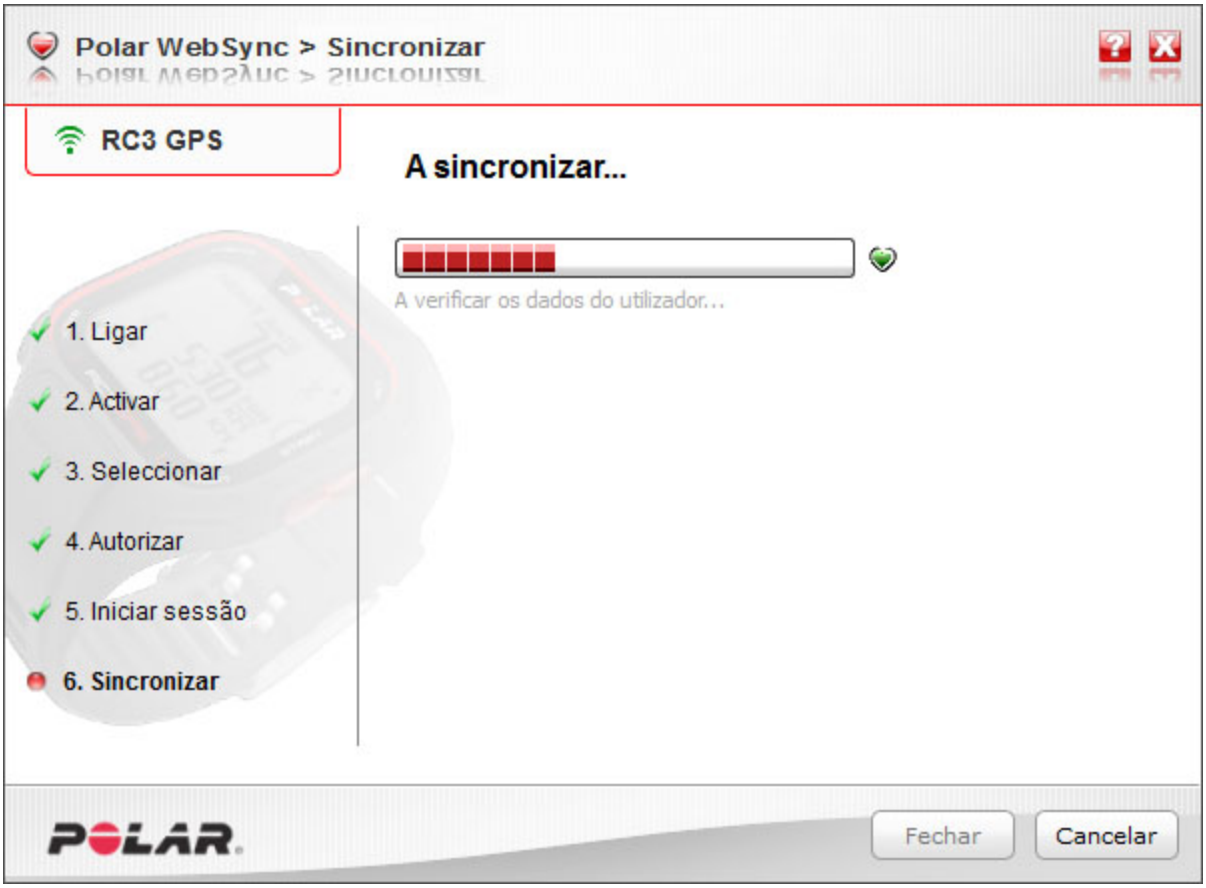
Se seleccionar **Lembre-se de mim**, o WebSync não pede as informações da sua conta da próxima vez que iniciar a sincronização ou conectar o computador de treino. A sincronização começa quando o seu computador de treino é detectado e conectado. Esta selecção pode ser removida em **Definições do utilizador**. Consulte mais informações em Definições de sincronização do Polar WebSync.

Se marcar a caixa, pode seleccionar a abertura automática do polarpersonaltrainer.com após a sincronização. Se a sincronização falhar, o polarpersonaltrainer.com não abre.

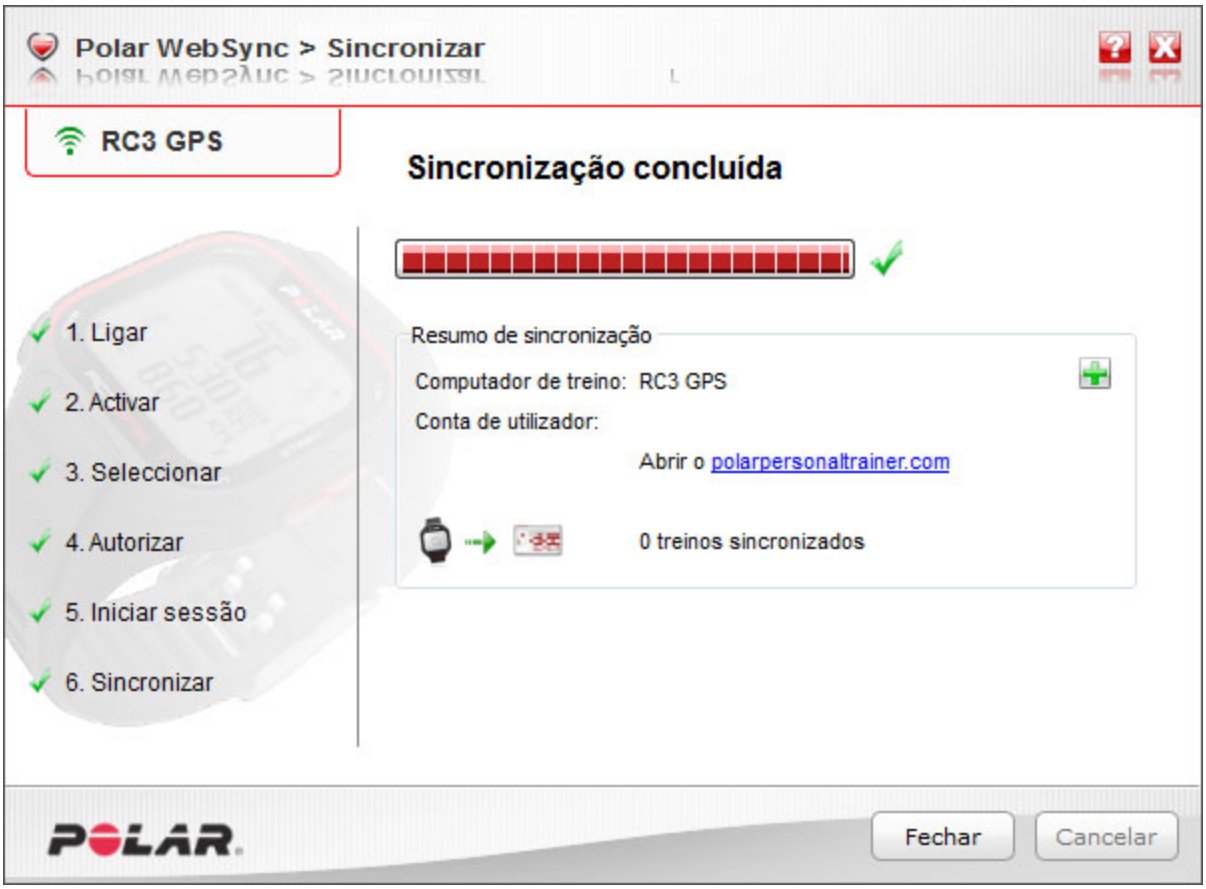
Se ainda não se registou em polarpersonaltrainer.com, clique no link **Clique aqui para se registar**.

Clique em **Seguinte**.

6. Inicia-se a sincronização.



7. A mensagem **Sincronização concluída** informa que a sincronização foi concluída com êxito.



Se a sincronização falhar, consulte Resolução de problemas para mais informações sobre como proceder.

8. Clique em **Fechar**.

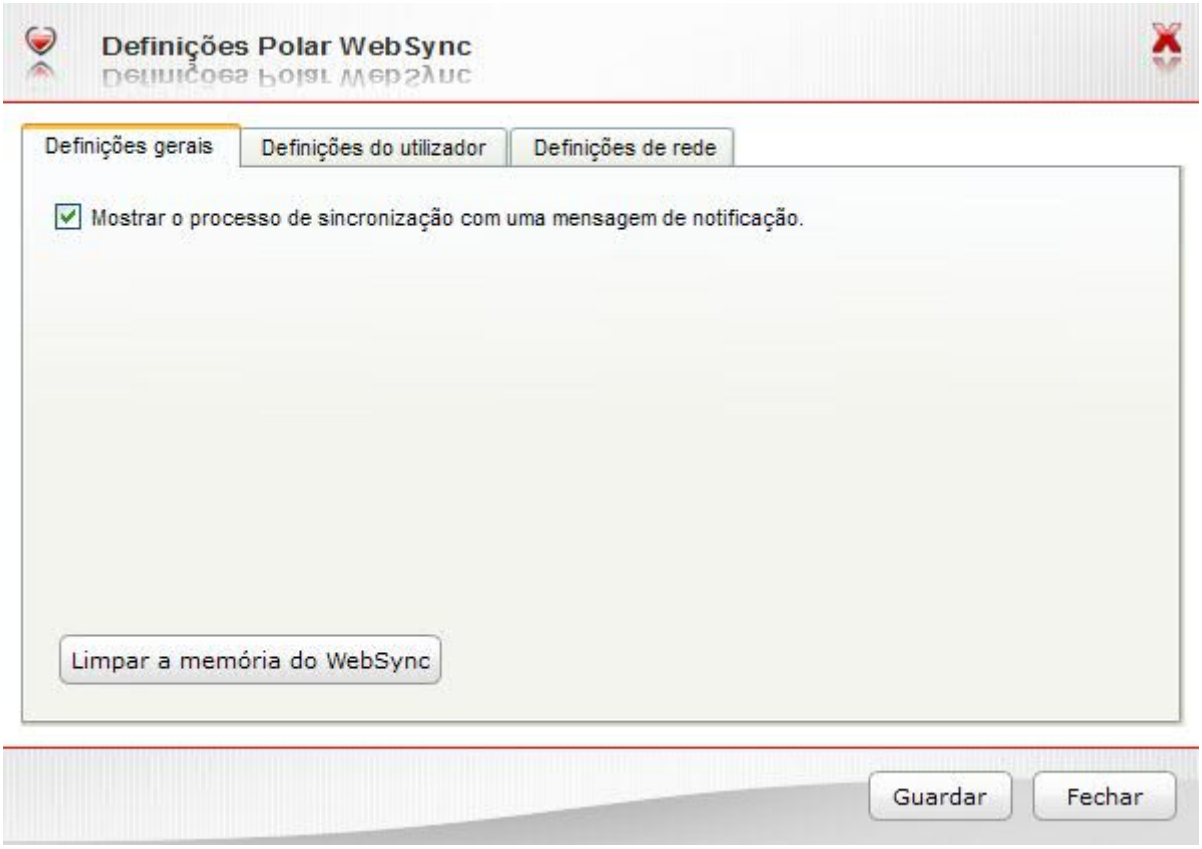
DEFINIÇÕES DE SINCRONIZAÇÃO POLAR WEBSYNC

1. Clique com o botão direito do rato no ícone WebSync da barra de tarefas do seu computador.
2. Seleccione **Definições WebSync**.
3. Edite as definições.
4. Clique em **Guardar** e **Fechar**.

DEFINIÇÕES GERAIS

Se a caixa **Mostrar o processo de sincronização com uma mensagem de notificação** estiver marcada, o WebSync informa-o sobre o início e conclusão do processo de sincronização com uma pequena mensagem no canto inferior direito do ecrã do computador. Pode clicar na mensagem de notificação para visualizar o processo numa janela.

Clique em **Limpar a memória do WebSync** para eliminar os computadores de treino emparelhados e os dados guardados na memória do WebSync no início da sessão.



DEFINIÇÕES DO UTILIZADOR

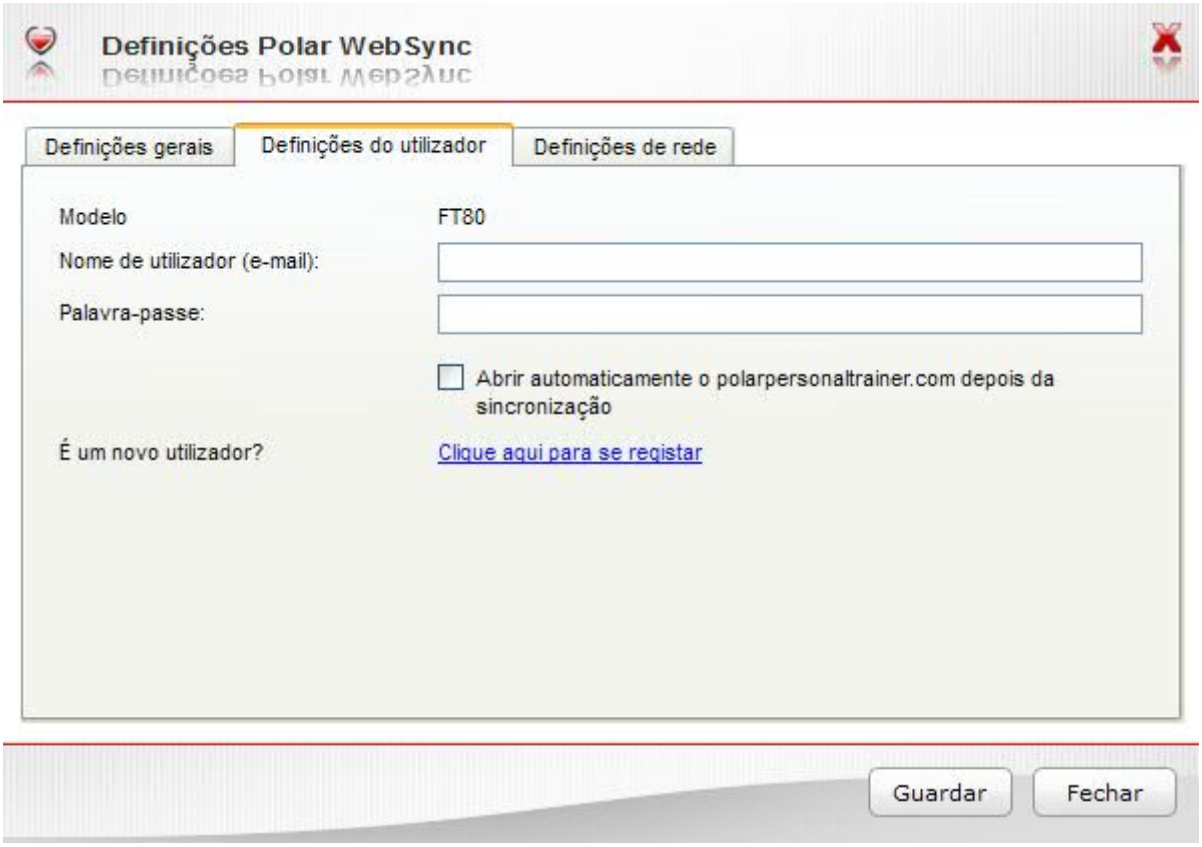
Para editar as definições do utilizador, active o computador de treino e conecte-o ao computador através da unidade de transferência de dados ou ligue o seu RC3 GPS ao computador com um cabo USB.

Para utilizadores do RCX3, do RCX5 e do CS500: Se não tiver seleccionado a memorização do seu nome de utilizador e palavra-passe pelo WebSync (marcando a caixa **Lembre-se de mim**) ou se o WebSync detectar vários computadores de treino, é exibida uma lista de computadores de treino encontrados. Seleccione o seu computador de treino e clique em **Seguinte** ou faça duplo clique no seu computador de treino, a partir da lista. É exibida a mensagem **Aceitar a conexão "número" do seu computador de treino "número"**. **Allow PC?** (Autorizar PC?) e o número da conexão ou **Aceitar (ID "número") para emparelhar?** são exibidos no ecrã do seu computador de treino. Aceite a conexão premindo **OK,** ou seleccionando **SIM** no seu computador de treino.

Se introduzir e guardar o seu nome de utilizador e a palavra-passe polarpersonaltrainer.com, da próxima vez que iniciar o WebSync a sincronização inicia-se sem pedir os dados da conta. A sincronização começa quando o seu computador de treino é detectado e conectado. Para remover os dados da sua conta da memória do WebSync, elimine o seu nome de utilizador e a palavra-passe e clique em **Guardar**.

Pode seleccionar a abertura automática do polarpersonaltrainer.com após a sincronização, marcando a respectiva caixa.

Se ainda não se registou em polarpersonaltrainer.com, clique no link **Clique aqui para se registar**.

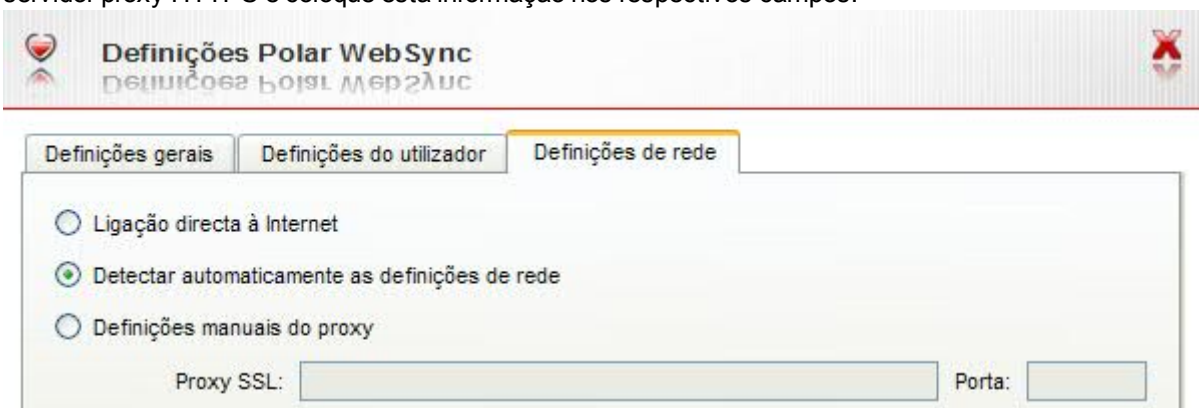


DEFINIÇÕES DE REDE

Ligação directa à Internet
Seleccione esta opção se não quiser utilizar um proxy.

Detectar automaticamente as definições de rede
Esta opção está seleccionada por defeito. O Polar WebSync utiliza automaticamente as mesmas definições de rede que, por exemplo, o seu browser da Internet.

Definições manuais do proxy
Se o Polar WebSync não conseguir encontrar um servidor proxy, peça ao seu administrador o endereço IP do servidor proxy HTTPS e coloque esta informação nos respectivos campos.



O WebSync permite-lhe alterar as definições do seu computador de treino Polar RC3 GPS, computador de treino Polar RCX3, computador de treino Polar RCX5 ou computador de ciclismo Polar CS500 e exportar os ficheiros de treino. As definições são transferidas para o seu RC3 GPS, RCX3, RCX5 ou CS500.

LIGAÇÃO AO COMPUTADOR DE TREINO

1. Verifique se o ícone WebSync é exibido na barra de tarefas do seu computador. Se o ícone não for exibido, execute o WebSync a partir do ícone existente no ambiente de trabalho do seu computador.
2. Faça duplo clique com o botão direito do rato no ícone WebSync da barra de tarefas do seu computador. É exibida a janela de boas-vindas.

Polar WebSync
Bem-vindo ao Polar WebSync
Com o Polar WebSync pode transferir dados entre o serviço Web test.polarpersonaltrainer.com e o seu computador de treino.
polarpersonaltrainer.com
Sincronizar
Computador de treino
A caixa de diálogo do computador de treino só está disponível com determinados computadores de treino.
POLAR
Cancelar

3. Seleccione **Computador de treino**.

   Pode ainda conectar o seu computador de treino clicando com o botão direito do rato no ícone WebSync e seleccionando **Computador de treino**.

4. Conecte a unidade de transferência de dados (DataLink) à porta USB do seu computador ou ligue o seu RC3 GPS ao computador com um cabo USB.

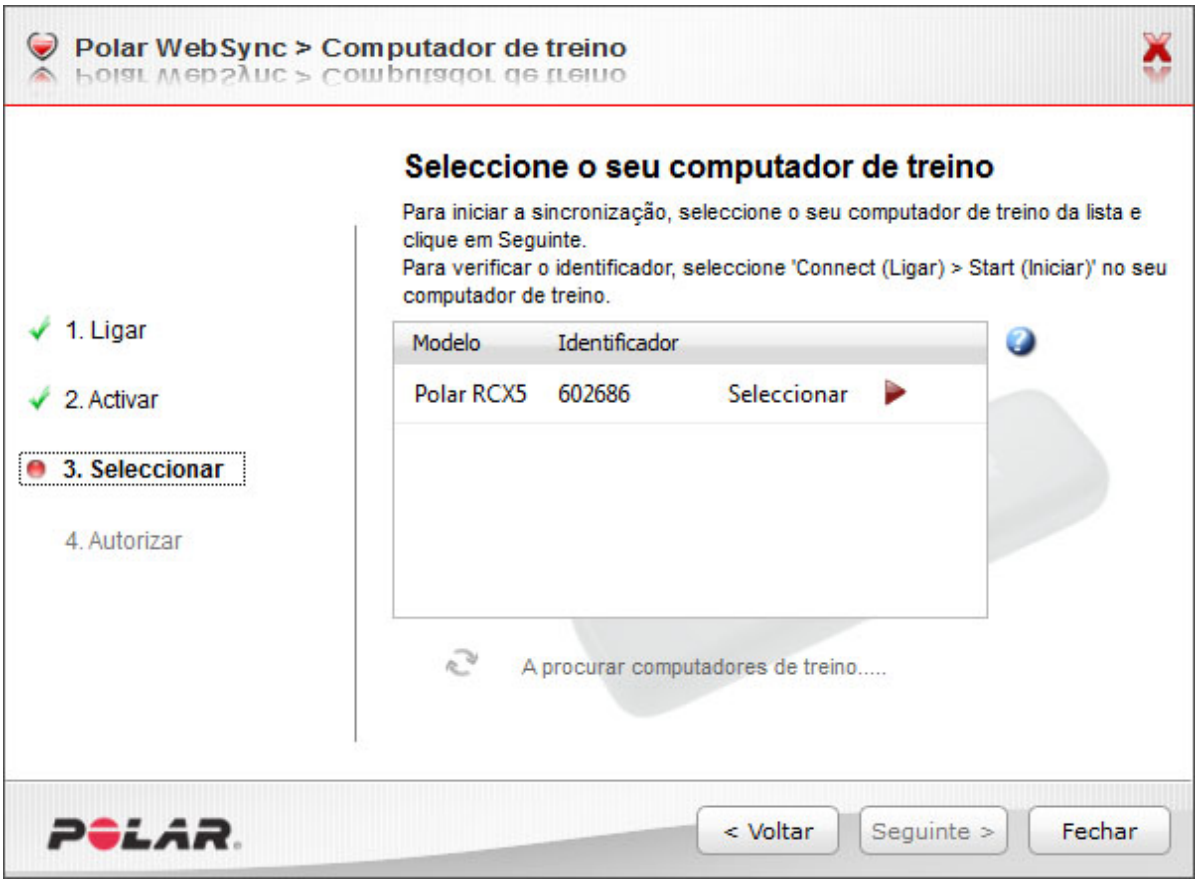
   Se estiver a usar um computador de treino Polar RC3 GPS, vá para o passo 8.

Polar WebSync > Computador de treino
Conectar unidade de transferência de dados
Para iniciar a sincronização, conecte a unidade de transferência de dados à porta USB do computador.
1. Ligar
2. Activar
3. Seleccionar
4. Autorizar
< Voltar
Cancelar

5. RCX3 e RCX5: Se o computador de treino estiver no modo de poupança de energia active-o, premindo um botão qualquer. Se a função AutoSync (sincronização automática) estiver desactivada, seleccione **Ligar** => **Iniciar sincronização** no computador de treino. Para mais informações sobre a função AutoSync, consulte o manual do utilizador do seu computador de treino.
   CS500: Se computador de treino estiver no modo de poupança de energia active-o, premindo um botão qualquer sem libertar.

6. Ao fim de alguns segundos é exibida a janela **Seleccione o seu computador de treino**, com uma lista dos computadores de treino encontrados. A lista mostra o modelo e o número identificador dos computadores de treino encontrados. Se o seu computador de treino não figurar na lista, verifique se está activado (veja o passo 5). Seleccione o seu computador de treino e clique em **Seguinte** ou faça duplo clique no seu computador de treino, a partir da lista.

Se necessário, verifique o número de identificação do seu CS500 percorrendo até **CONNECT** *(LIGAR) e premindo* **Start** *(Iniciar) (botão vermelho) duas vezes. O número de identificação do RCX3 e do RCX5 é exibido no computador de treino quando selecciona* **Conectar** => **Iniciar sincronização** *e o computador de treino se está a ligar ao WebSync.*


Polar WebSync > Computador de treino
Seleccione o seu computador de treino
Para iniciar a sincronização, seleccione o seu computador de treino da lista e clique em Seguinte.
Para verificar o identificador, seleccione 'Connect (Ligar) > Start (Iniciar)' no seu computador de treino.
1. Ligar
2. Activar
3. Seleccionar
4. Autorizar
Modelo
Identificador
Polar RCX5
602686
Seleccionar
A procurar computadores de treino.....
POLAR
< Voltar
Seguinte >
Fechar

7. Se não tiver sincronizado previamente o seu computador de treino com o WebSync ou se tiver eliminado os emparelhamentos do seu computador de treino, é exibida a janela **A autorizar o WebSync**.

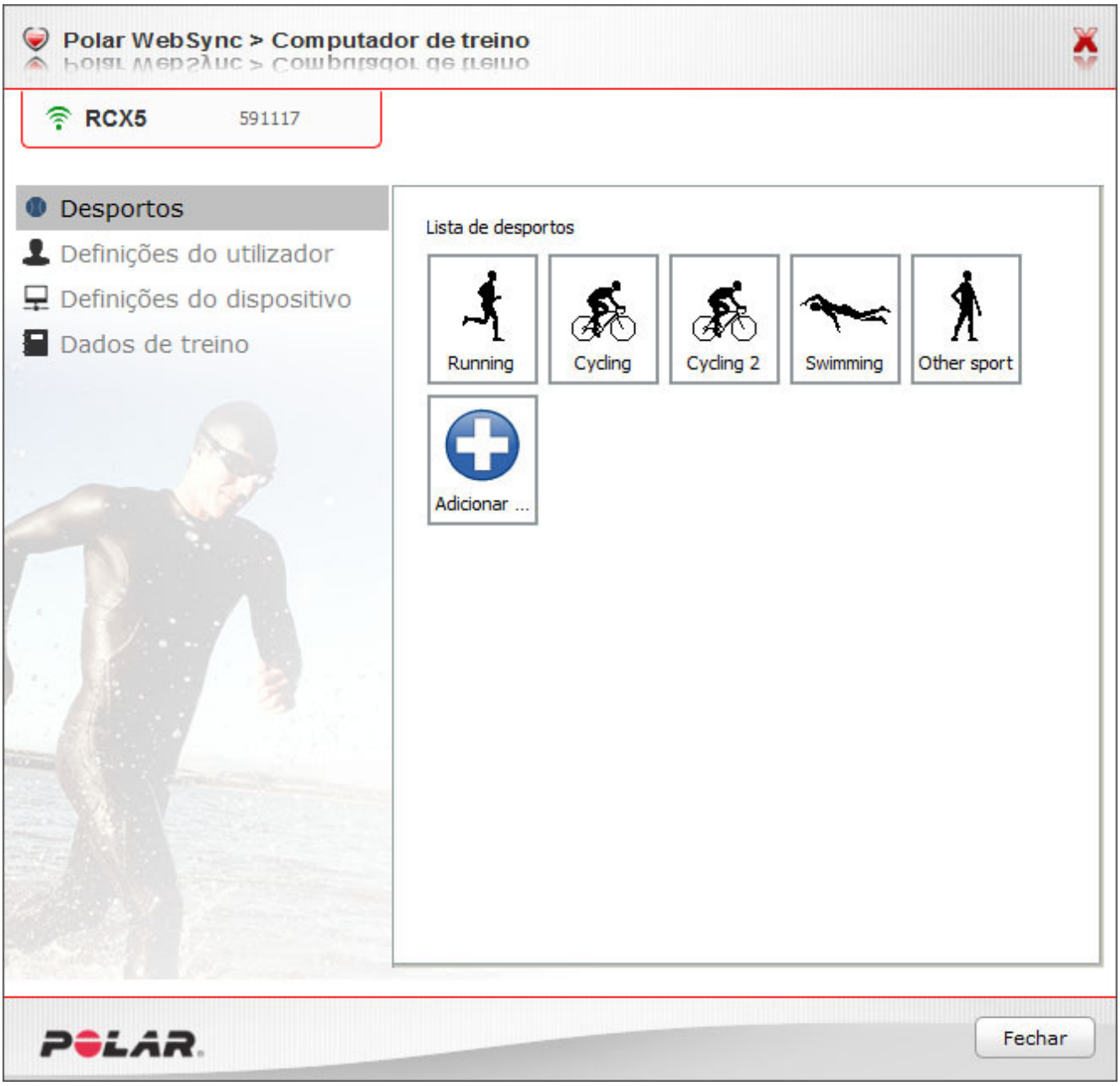
   É exibida a mensagem **Aceitar a conexão "número" do seu computador de treino "número"**.

   Aceite a conexão premindo **OK** ou seleccionando **SIM** no seu computador de treino. Inicia-se o emparelhamento do WebSync com o seu computador de treino.

Se o emparelhamento falhar é exibida a mensagem: **Falhou o emparelhamento do WebSync com o computador de treino "número". É exibida a mensagem: Tente novamente.**. Feche a mensagem clicando em **OK**.
- Reinicie a conexão a partir do computador de treino, do seguinte modo:
RCX3 e RCX5: Prima **PARA TRÁS**. Seleccione **Iniciar sincronização**.
CS500: Prima **Start** (Iniciar).
- Continue a partir do passo 6.

8. Abre-se a janela **Computador de Treino** e o WebSync começa a transferir os dados do computador de treino para o WebSync.

   RC3 GPS, RCX3: Pode editar os seus definições do utilizador e do dispositivo e exportar os seus dados de treino.
   RCX5: Pode editar os seus perfis de desporto, definições do utilizador e do dispositivo e exportar os seus dados de treino.
   CS500: Pode editar os seus definições do utilizador e do dispositivo e exportar os seus dados de treino.

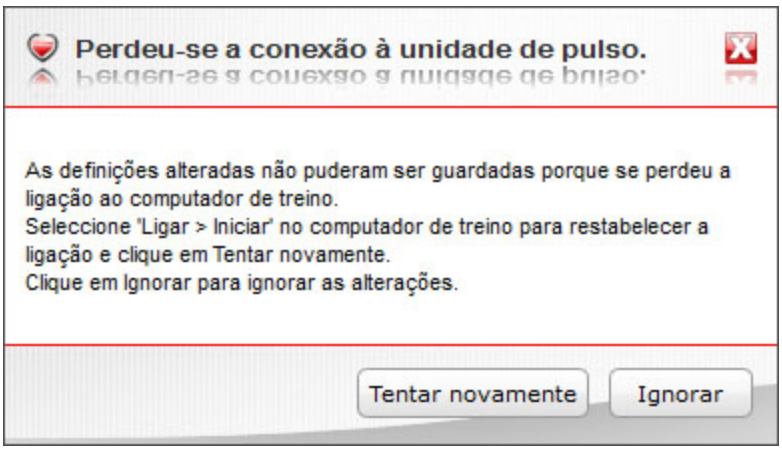


O símbolo junto ao computador de treino fica verde quando o WebSync está conectado ao computador de treino . O símbolo passa a vermelho se a conexão se perder .

9. Depois de editar as definições clique em **Save** (Guardar) e as definições são transferidas para o seu computador de treino.
10. As definições são transferidas do computador de treino para o polarpersonaltrainer.com na sincronização seguinte. Para mais informações sobre a sincronização, consulte Transferir dados com o Polar WebSync e com o DataLink ou Transferência de dados com Polar WebSync e cabo USB.

Não esqueça que a transferência dos dados do utilizador é bidireccional. Os dados mais recentes são transferidos do computador de treino ou de polarpersonaltrainer.com.

Mesmo que o WebSync perca a conexão ao computador de treino enquanto as estiver a editar, poderá continuar a editá-las. Ao clicar em **Guardar**, é exibida a seguinte mensagem.


Perdeu-se a conexão à unidade de pulso.
As definições alteradas não puderam ser guardadas porque se perdeu a ligação ao computador de treino.
Seleccione 'Ligar > Iniciar' no computador de treino para restabelecer a ligação e clique em Tentar novamente.
Clique em Ignorar para ignorar as alterações.
Tentar novamente
Ignorar

Se quiser guardar as alterações, seleccione **CONNECT** / **Ligar** => **Start** / **Iniciar a sincronização**, no seu computador de treino, e clique em **Tentar novamente** para restabelecer a conexão.

RC3 GPS, RCX3

PERFIS DE DESPORTO

A lista dos seus perfis de desporto é exibida no RCX3/RC3 GPS. Há quatro perfis de desporto no RCX3: Corrida, Ciclismo, Ciclismo 2 e Outro desporto. Há cinco perfis de desporto no seu RC3 GPS: Corrida, Ciclismo, Ciclismo 2, Outro desporto 1 e Outro desporto 2.

Editar um perfil de desporto

Clique num perfil de desporto da lista de perfis de desporto.

Geral

O **Nome**, **Tipo** e Ícone dos perfis de desporto não podem ser editados.

No modo pré-treino do RCX3, se pretender ocultar o perfil de desporto da respectiva lista, marque a caixa **Ocultar no modo de pré-treino**. Esta função é útil se, por exemplo, apenas fizer esse desporto numa determinada época do ano.

Sensores

Active/desactive os sensores disponíveis marcando/desmarcando a caixa junto ao nome do sensor. Só são exibidos na lista os sensores disponíveis para aquele tipo de desporto. Se um sensor não tiver sido emparelhado com o computador de treino, é exibido a cinzento e não pode ser activado ou desactivado. Para mais informações sobre o emparelhamento de sensores com o computador de treino, consulte o manual do utilizador do seu computador de treino.

Defina o factor de calibração para o sensor de passada. Para mais informações sobre o factor de calibração, consulte o manual do utilizador do seu computador de treino.

Sensores do equipamento

Se o tipo de desporto for **Ciclismo**, é exibida a lista de equipamento. Seleccione o **Equipamento** (bicicleta) que pretende utilizar. Pode editar o nome do equipamento no campo **Nome**. O nome pode ter, no máximo, 14 caracteres.

Active/desactive os sensores disponíveis para o equipamento, marcando/desmarcando a caixa junto ao nome do sensor. Se um sensor não tiver sido emparelhado com o computador de treino, é exibido a cinzento e não pode ser activado ou desactivado. Para mais informações sobre o emparelhamento de sensores, consulte o manual do utilizador do seu computador de treino.

Se um sensor de velocidade tiver sido emparelhado com o seu computador de treino, pode introduzir o **Tamanho da Roda** da sua bicicleta e activar/deesactivar a função **Iníciar Treino Automaticamente**, marcando/desmarcando a caixa.

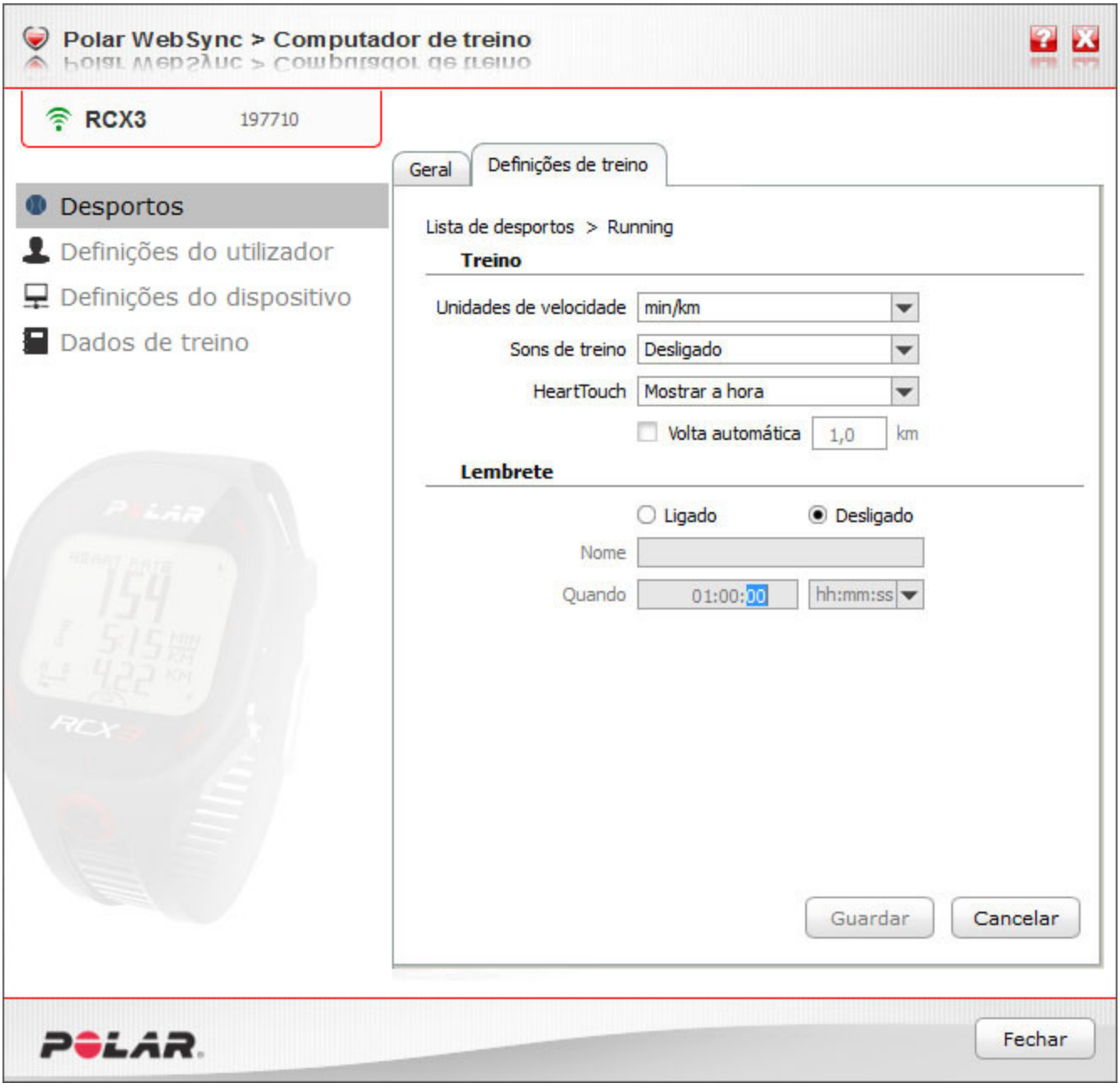
A definição do tamanho da roda é necessária para obter dados de ciclismo correctos.

A função **Iníciar Treino Automaticamente** inicia e pára automaticamente a gravação do treino quando se começa e deixa de pedalar. A função Iníciar Treino Automaticamente requer a definição do tamanho da roda e a utilização de um sensor de velocidade.

Clique em **Guardar** para transferir as definições para o seu computador de treino.

RCX3: Se o WebSync perder a conexão ao computador de treino, seleccione **Ligar** => **Iniciar sincronização** *no computador de treino.*

Definições de Treino



Treino

Defina a **Unidade da velocidade**: km/h / mi/h ou min/km / min/mi.

Defina os **Sons de treino**: Desligado, Baixo, Alto, Muito alto.

Ligue a função **Volta automática** marcando a caixa e adicionando a distância da volta. Desmarque a caixa para desactivar a função.

DEFINIÇÕES DO UTILIZADOR

Introduza definições do utilizador correctas para obter dados correctos sobre o seu desempenho. Clique em **Guardar** para guardar as alterações no WebSync e no seu computador de treino.

Para mais informações sobre o VO_{2max} e os níveis de actividade, consulte o manual do utilizador do seu computador de treino.

Clique em **Guardar** para transferir as definições para o seu computador de treino.

RCX3: Se o WebSync perder a conexão ao computador de treino, seleccione **Ligar** => **Iniciar sincronização** *no computador de treino.*

DEFINIÇÕES DO DISPOSITIVO

Geral

Sons: **Active**/**Desactive** os sons dos botões do computador de treino.

Defina o **Bloqueio de botões**. **Automático:** O bloqueio de botões é activado se não tiver premido nenhum botão durante o último minuto. Para desbloquear os botões, prima LUZ sem libertar, no modo Hora. **Manual**: Para bloquear ou desbloquear os botões manualmente, prima LUZ, sem libertar, no modo Hora.

Unidades do sistema: Seleccione as unidades Métricas/Imperiais que prtende utilizar com o computador de treino e o WebSync.

Idioma do sistema: Seleccione o idioma do computador de treino.

RCX3: Marque a caixa **Poupança de Energia** e defina o período de hibernação para o computador de treino. Durante o período seleccionado, o visor do RCX3 fica em branco. Para sair do modo poupança de energia, prima um botão qualquer. Se não tiver premido nenhum botão durante cinco minutos, o visor regressa ao modo poupança de energia. A utilização da poupança de energia maximiza a duração da pilha do RCX3.

Relógio

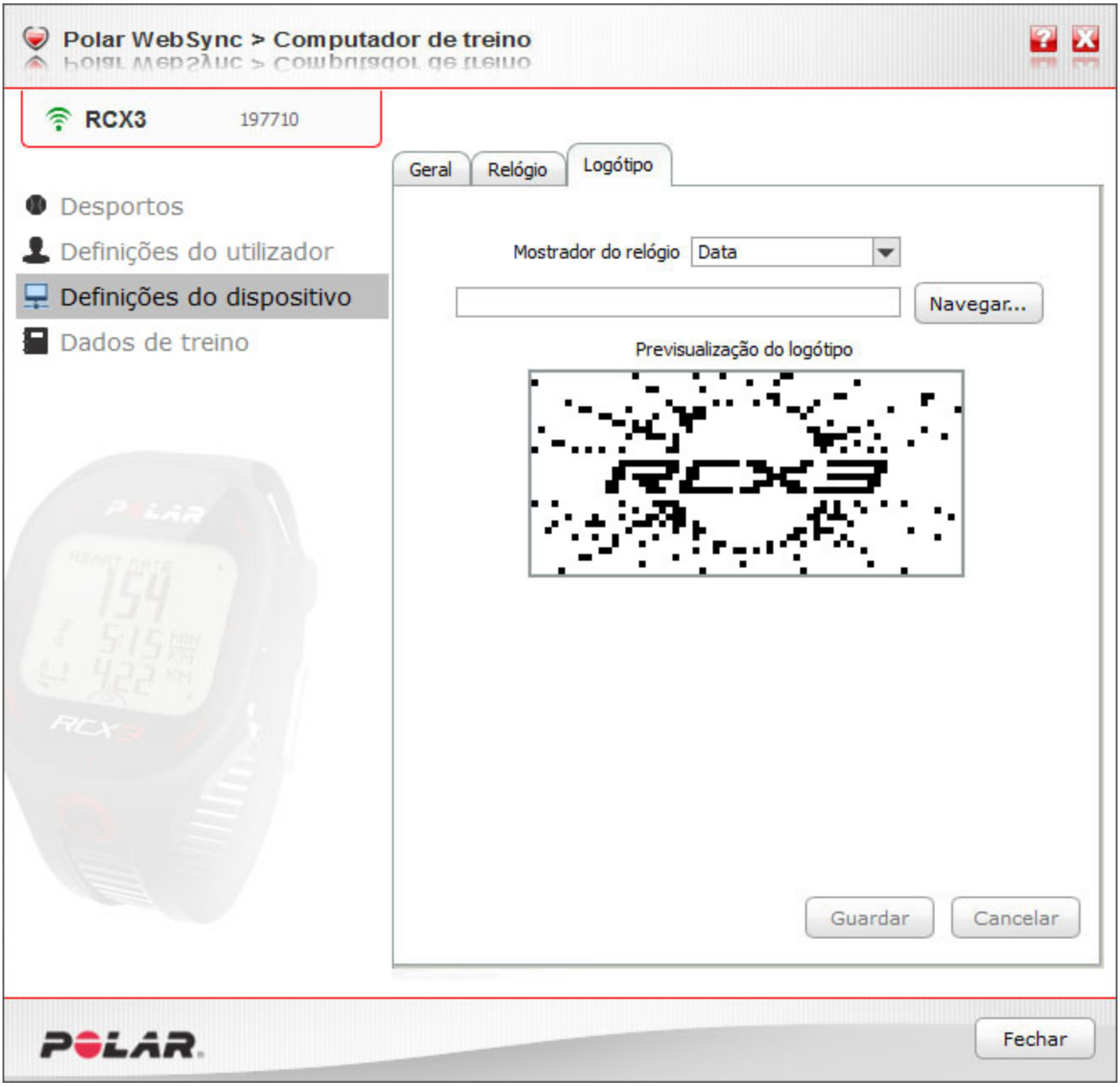
Defina o **Formato da hora**, **24h** ou **12h**. Se seleccionar **Utilizar hora do computador**, a hora do computador de treino é sincronizada com a hora do seu PC.

Defina a diferença da **Hora 2** em relação à **Hora** local. Seleccione **Utilizar hora 2** para utilizar a Hora 2 no computador de treino.

Defina a **Data**, o **Formato** da data, o **Separador** da data e o **Primeiro Dia da Semana**.

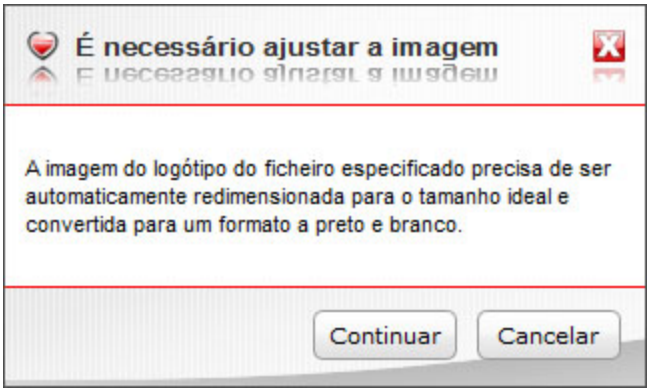
Active/Desactive o **Alarme** marcando/desmarcando a caixa. Defina a hora e frequência do alarme.

Logótipo



Seleccione o **Mostrador do relógio**: **Data**, **Logótipo**, **Evento**.

Para seleccionar um logótipo, aceda ao ficheiro de logótipos no seu computador. Os formatos de imagem suportados são . jpg, .png, .gif e .bmp. Recomenda-se a utilização de uma imagem a preto e branco. A imagem seleccionada é automaticamente redimensionada para um tamanho apropriado, que é 64x30 pixels. Se a imagem tiver o tamanho ou formato errados, é exibida a mensagem **A imagem do logótipo do ficheiro especificado precisa de ser automaticamente redimensionada para o tamanho ideal e convertida para um formato a preto e branco.** Seleccione **Continuar**.

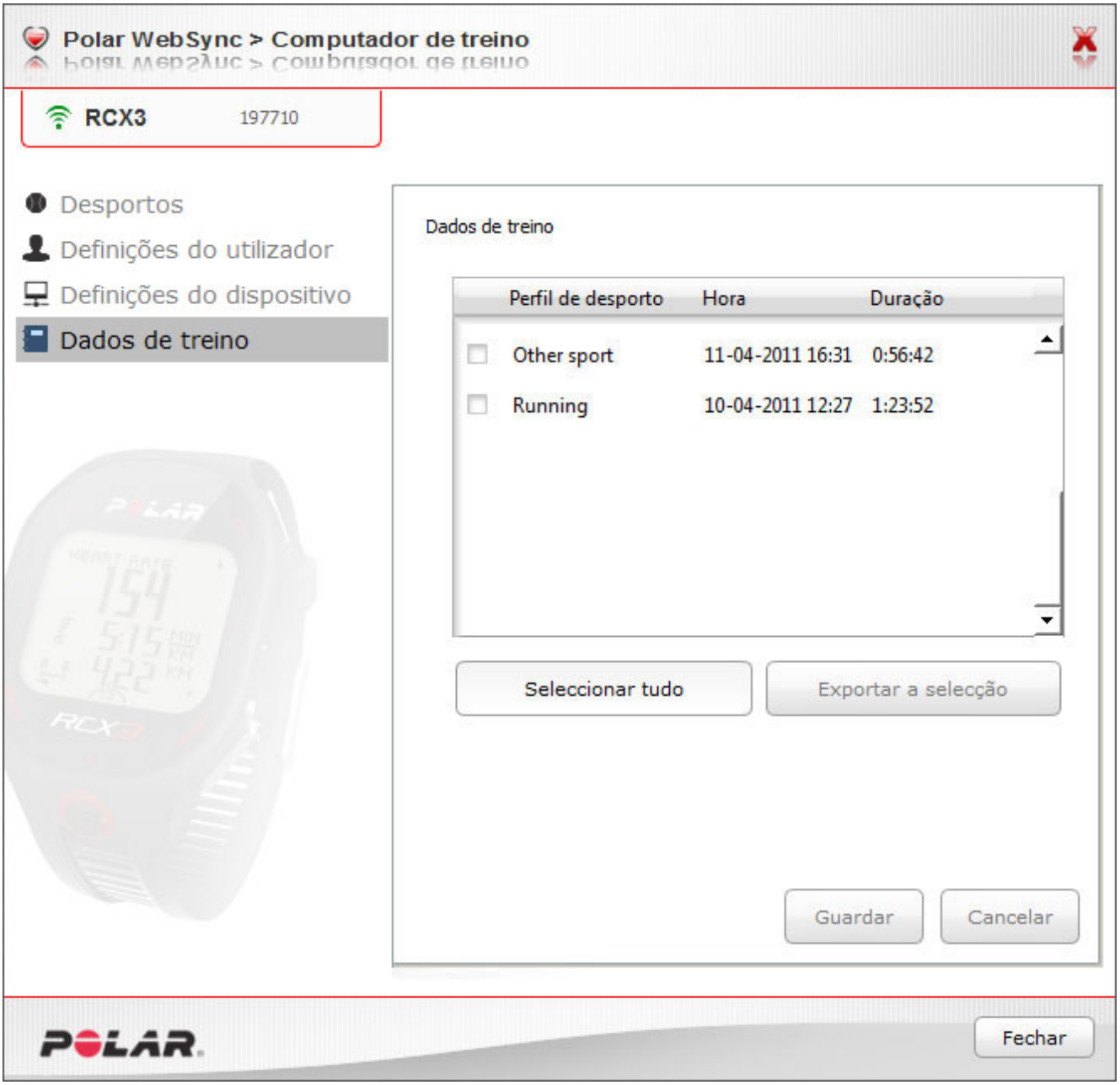

É necessário ajustar a imagem
A imagem do logótipo do ficheiro especificado precisa de ser automaticamente redimensionada para o tamanho ideal e convertida para um formato a preto e branco.
Continuar
Cancelar

A opção **Evento** está disponível se tiver definido um evento para o seu computador de treino, no polarpersonaltrainer.com. Para mais informações sobre como definir um evento, consulte a ajuda do polarpersonaltrainer.com.

Clique em **Guardar** para transferir as definições para o seu computador de treino.

RCX3: Se o WebSync perder a conexão ao computador de treino, seleccione **Ligar** => **Iniciar sincronização** *no computador de treino.*

DADOS DE TREINO



Exporte os seus ficheiros de treino seleccionando ficheiros de treino e clicando em **Exportar a selecção**. Seleccione uma localização para os ficheiros. Os ficheiros podem ser transferidos para o software Polar ProTrainer 5. Visite www.polar.fi/support para mais informações sobre a importação de ficheiros no Polar ProTrainer 5.

RCX5

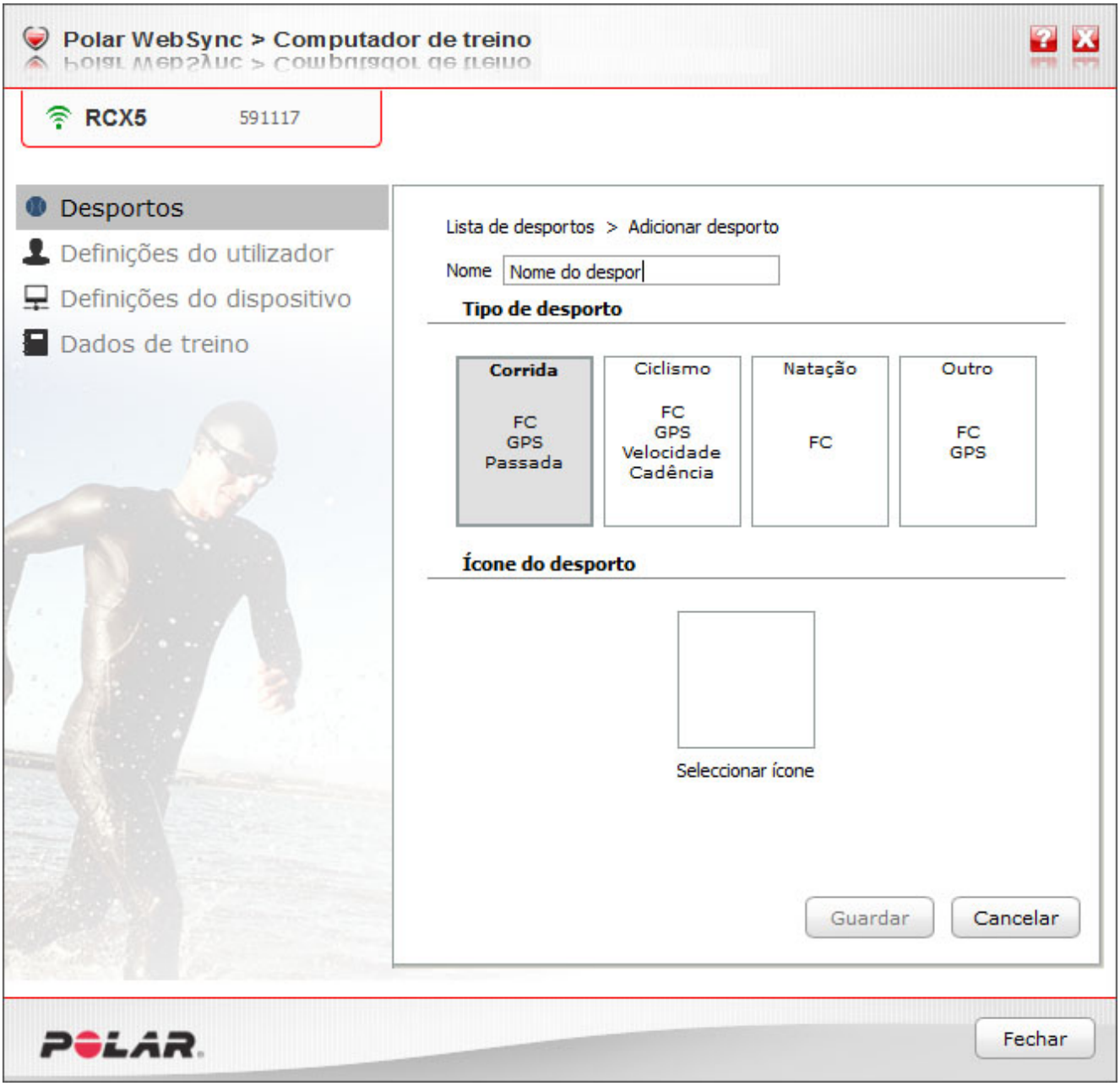
PERFIS DE DESPORTO

A lista dos seus perfis de desporto é exibida no RCX5. Estão predefinidos cinco perfis de desporto no seu RCX5: Corrida, Ciclismo, Ciclismo 2, Natação e Outro desporto.

Adicionar um novo perfil de desporto

Poder ter, no máximo, 15 perfis de desporto no seu RCX5.

1. Na lista de perfis de desporto, clique em **Adicionar desporto**.



2. Dê um nome ao seu perfil de desporto (máx. 14 caracteres).
3. Seleccione um **Tipo de desporto** apropriado. O tipo de desporto determina os sensores e o tipo de vistas de treino que pode usar com esse perfil de desporto. Para mais informações sobre sensores compatíveis e vistas de treino, consulte o manual do utilizador do seu computador de treino.
4. Clique no rectângulo branco para seleccionar um ícone para o seu perfil de desporto. O ícone é exibido no computador de treino e na vista de resultados de treino da Agenda do polarpersonaltrainer.com.

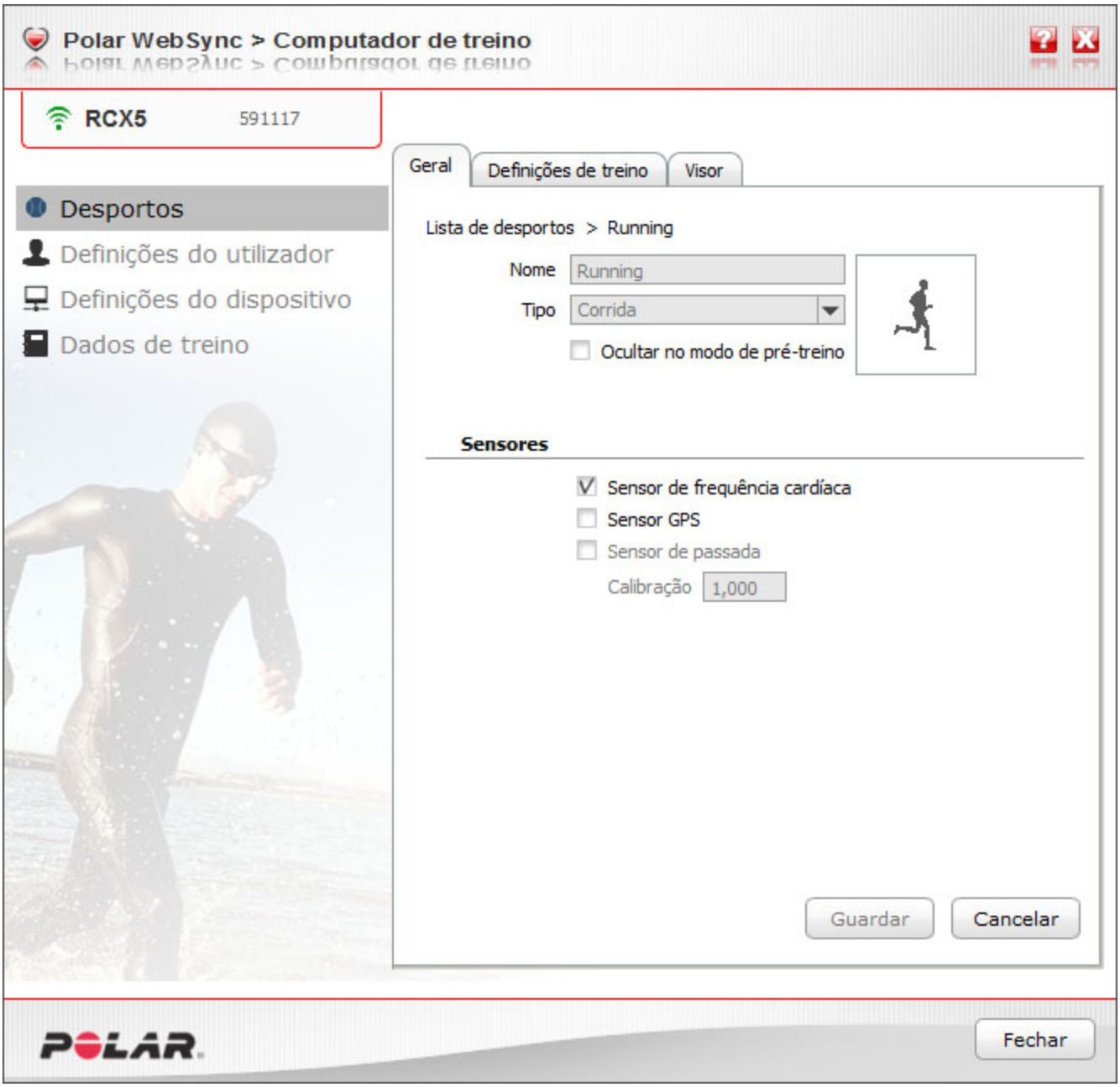
5. Clique em **Guardar** e o perfil de desporto é adicionado à lista de perfis de desportos do WebSync e do seu RCX5.

   Se o WebSync perder a conexão ao computador de treino, seleccione **Ligar** => **Iniciar sincronização** *no computador de treino.*

Editar um perfil de desporto

Clique num perfil de desporto da lista de perfis de desporto.

Geral



Pode editar o **Nome** e **Tipo** dos perfis de desportos que criou no WebSync. Estes campos não podem ser editados para os perfis de desporto predefinidos do RCX5.

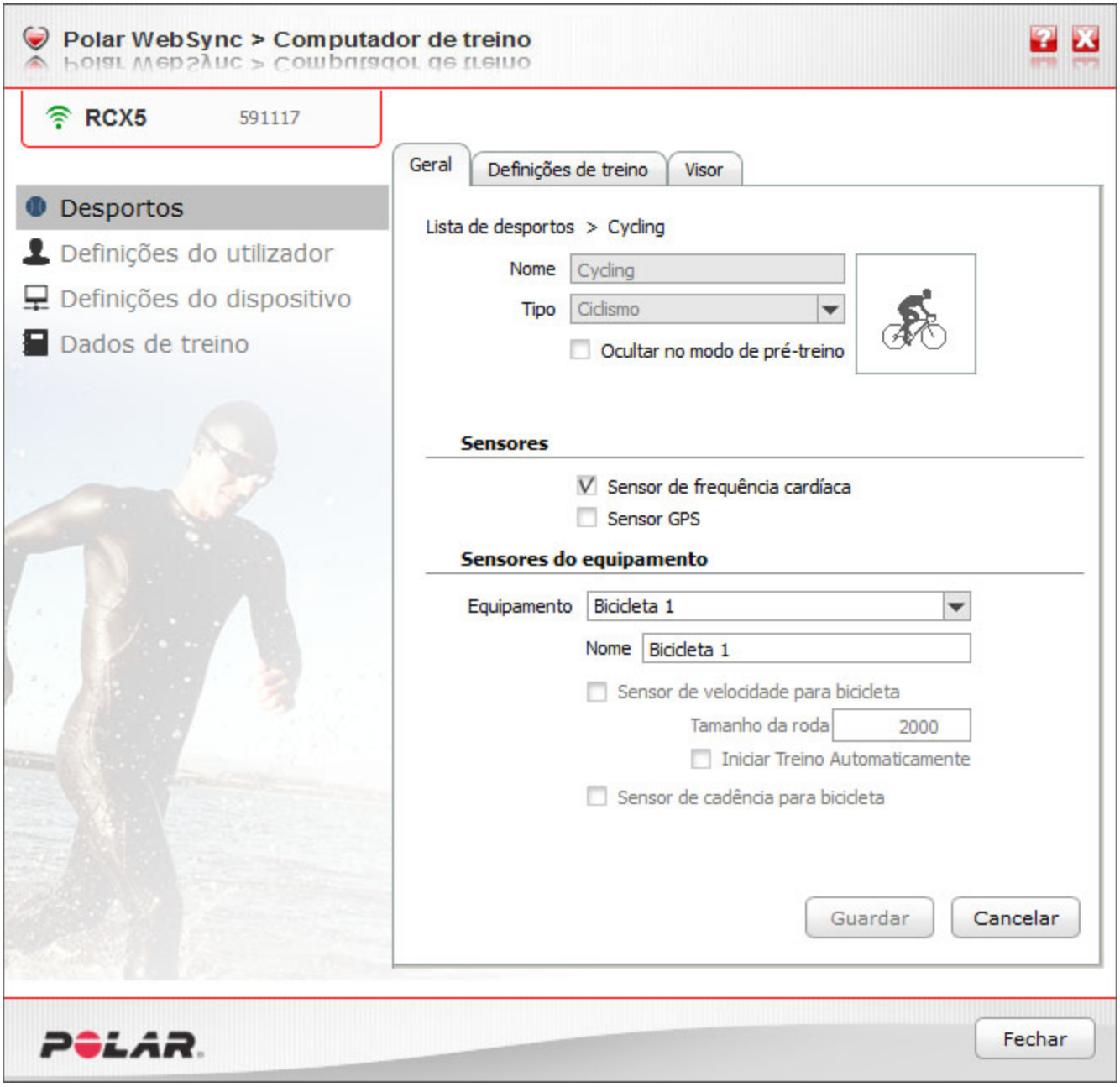
No modo pré-treino do RCX5, se pretender ocultar o perfil de desporto da respectiva lista, marque a caixa **Ocultar no modo de pré-treino**. Esta função é útil se, por exemplo, apenas fizer esse desporto numa determinada época do ano.

Sensores

Active/desactive os sensores disponíveis marcando/desmarcando a caixa junto ao nome do sensor. Só são exibidos na lista os sensores disponíveis para aquele tipo de desporto. Se um sensor não tiver sido emparelhado com o computador de treino, é exibido a cinzento e não pode ser activado ou desactivado. Para mais informações sobre o emparelhamento de sensores com o computador de treino, consulte o manual do utilizador do seu computador de treino.

Defina o factor de calibração para o sensor de passada. Para mais informações sobre o factor de calibração, consulte o manual do utilizador do seu computador de treino.

Sensores do equipamento



Se o tipo de desporto for **Ciclismo**, é exibida a lista de equipamento. Seleccione o **Equipamento** (bicicleta) que pretende utilizar. Pode editar o nome do equipamento no campo **Nome**. O nome pode ter, no máximo, 14 caracteres.

Active/desactive os sensores disponíveis para o equipamento, marcando/desmarcando a caixa junto ao nome do sensor. Se um sensor não tiver sido emparelhado com o computador de treino, é exibido a cinzento e não pode ser activado ou desactivado. Para mais informações sobre o emparelhamento de sensores, consulte o manual do utilizador do seu computador de treino.

Se um sensor de velocidade tiver sido emparelhado com o seu computador de treino, pode introduzir o **Tamanho da Roda** da sua bicicleta e activar/deesactivar a função **Iníciar Treino Automaticamente**, marcando/desmarcando a caixa.

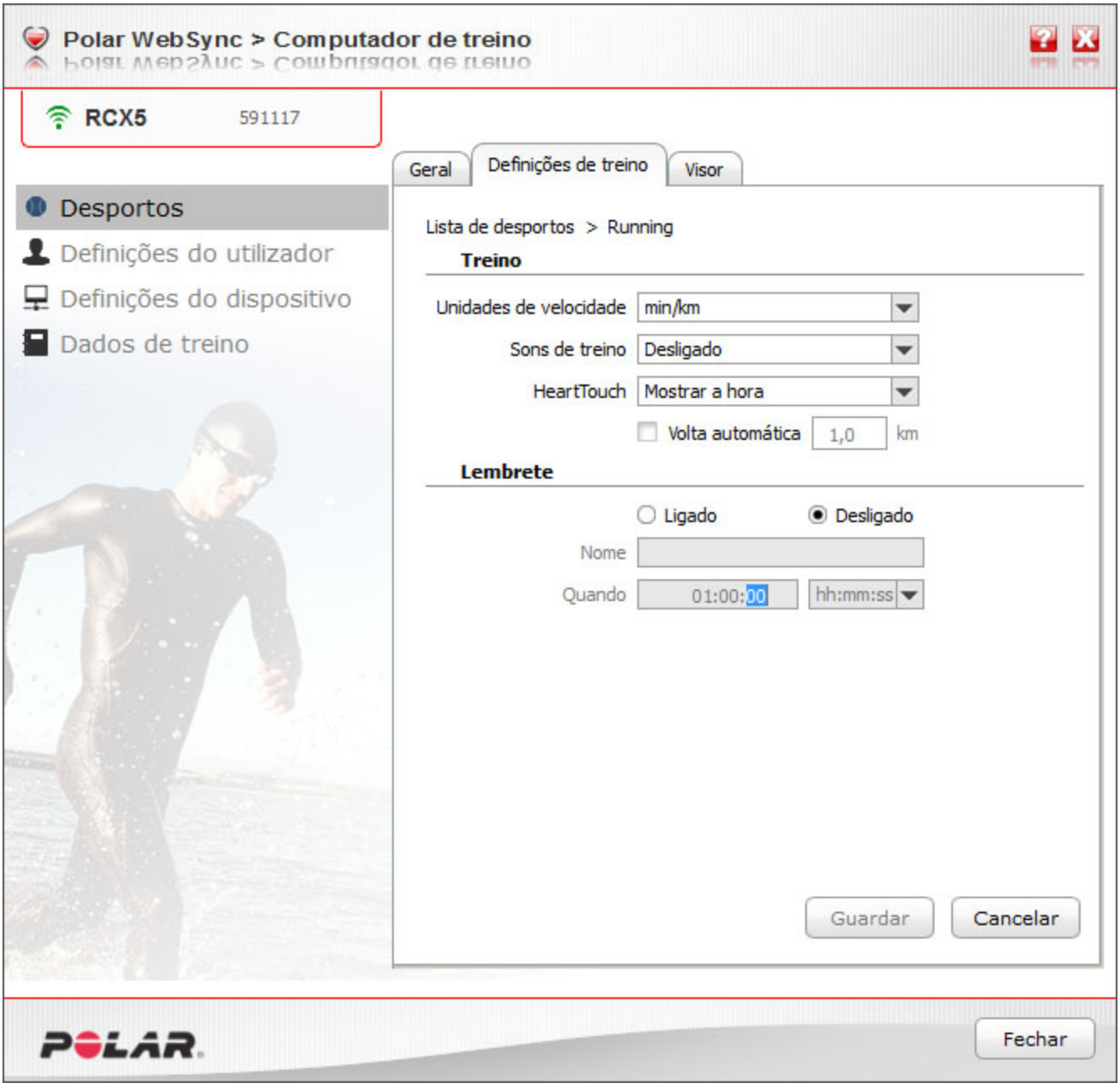
A definição do tamanho da roda é necessária para obter dados de ciclismo correctos.

A função **Iníciar Treino Automaticamente** inicia e pára automaticamente a gravação do treino quando se começa e deixa de pedalar. A função Iníciar Treino Automaticamente requer a definição do tamanho da roda e a utilização de um sensor de velocidade.

Clique em **Guardar** para transferir as definições para o seu computador de treino.

Se o WebSync perder a conexão ao computador de treino, seleccione **Ligar** => **Iniciar sincronização** *no computador de treino.*

Definições de Treino



Treino

Defina a **Unidade da velocidade**: km/h / mi/h ou min/km / min/mi.

Defina os **Sons de treino**: Desligado, Baixo, Alto, Muito alto.

Defina a função para **HeartTouch**: Desligado, Retroiluminação, Mudar vista, Mostrar limites, Mostrar a hora, Medir uma volta. Aproximando o computador de treino do transmissor durante o treino, pode activar a retroiluminação, alterar a vista de treino, mostrar limites, mostrar a hora ou medir uma volta.

Ligue a função **Volta automática** marcando a caixa e adicionando a distância da volta. Desmarque a caixa para desactivar a função.

Lembrete

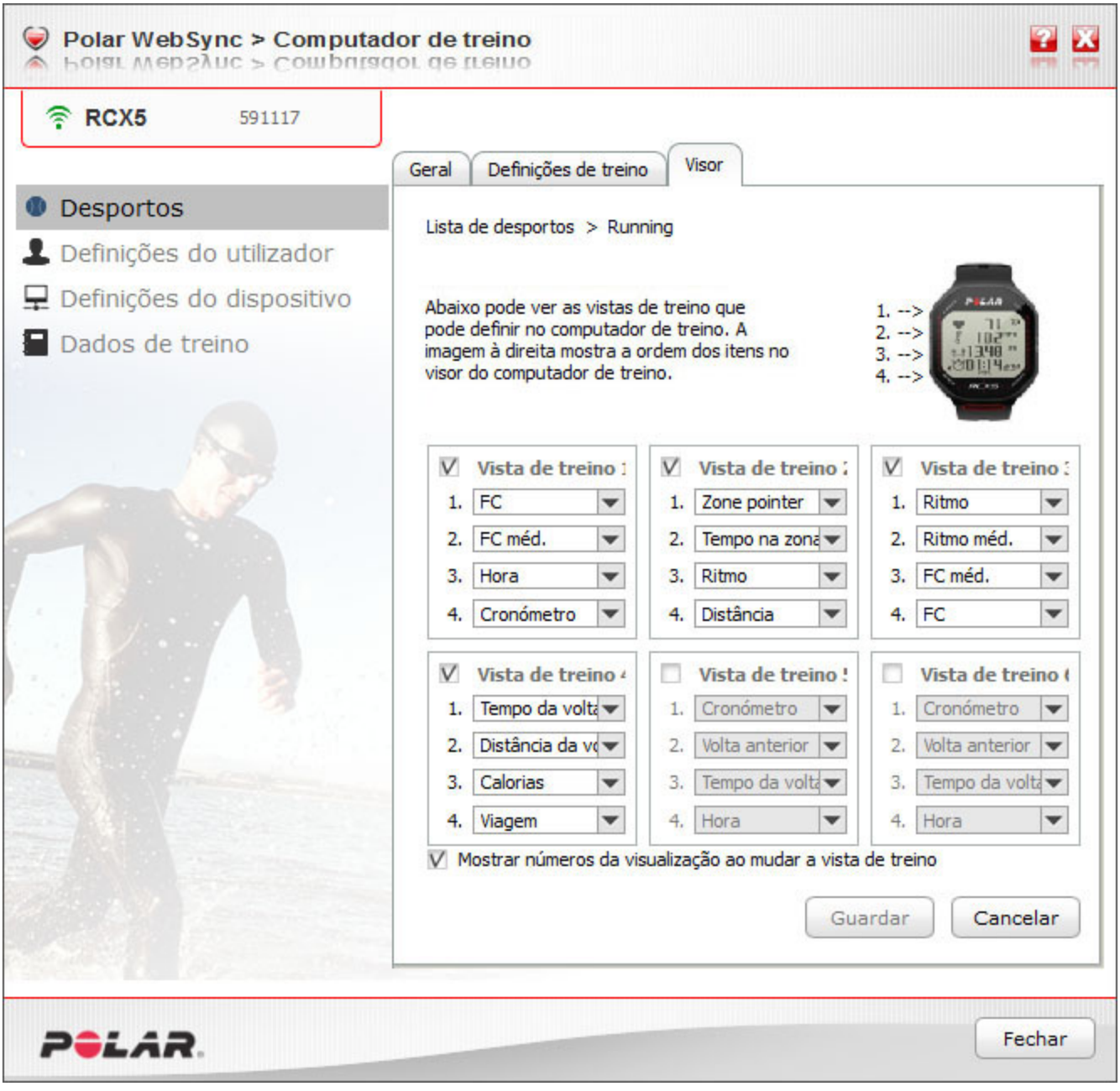
O lembrete de treino recorda-lhe que deve beber, comer ou fazer outras actividades importantes durante o treino. O lembrete baseia-se no consumo calórico (kcal), distância (km/mi) ou tempo. O lembrete faz soar um alarme quando atingir um determinado número de calorias, distância ou tempo durante o treino. Quando o lembrete activar o alarme, o respectivo contador é reiniciado. Isso significa que o lembrete activa alarmes regularmente (por exemplo, se o lembrete estiver definido para 300 kcal, o alarme soa quando forem gastas 300 kcal, 600 kcal, 900 kcal...)

Seleccione **Ligado**, para definir o lembrete. Adicione o texto do lembrete (**Nome**) (máx. 10 caracteres) a exibir no visor do computador de treino quando o lembrete activar o alarme. Defina a frequência do lembrete (**Quando**). Seleccione **Desligado** para desactivar o lembrete. Para mais informações sobre lembretes, consulte o manual do utilizador do seu computador de treino.

Clique em **Guardar** para transferir as definições para o seu computador de treino.

Se o WebSync perder a conexão ao computador de treino, seleccione **Ligar** => **Iniciar sincronização** *no computador de treino.*

Visor



Personalize o visor do seu computador de treino para ver as informações que considera mais importantes durante uma sessão de treino. Cada perfil de desporto pode ter seis vistas de treino diferentes, que pode personalizar.

As vistas de treino em utilização, estão marcadas. As vistas de treino que não estão a ser utilizadas, não estão marcadas e são exibidas a cinzento. Para começar a usar uma nova vista, marque a caixa "Número" da

vista de treino, para activar a vista. No menu pendente, escolha os itens que pretende ver. As explicações sobre os itens são apresentadas no manual do utilizador do seu computador de treino.

Os itens que estão disponíveis no menu pendente dependem dos sensores que tenham sido emparelhados com o seu computador de treino.

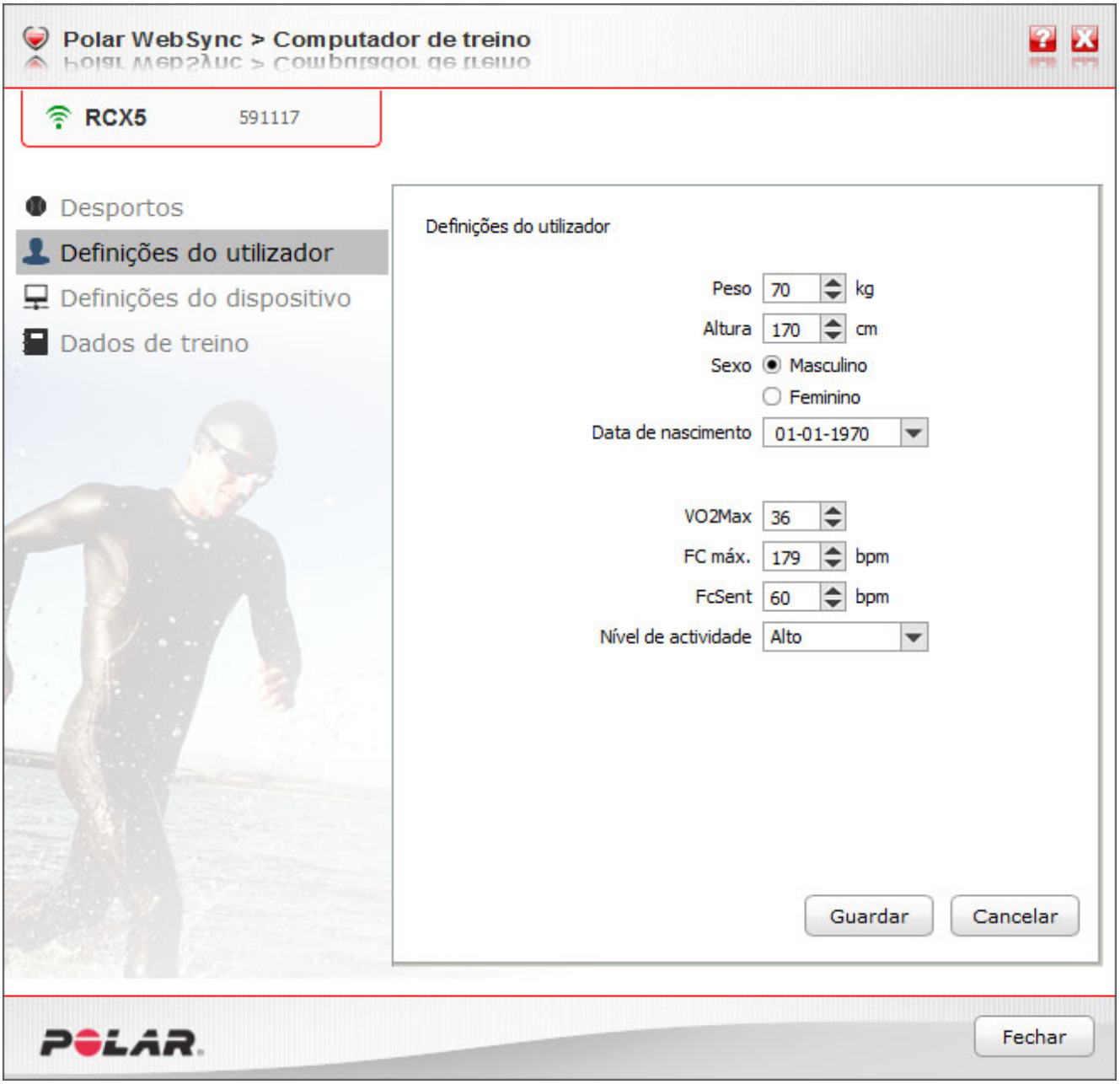
Active **Mostrar números da visualização mudar a vista de treino** para facilitar a selecção de vistas durante o treino.

Clique em **Guardar** para transferir as definições para o seu computador de treino.

Se o WebSync perder a conexão ao computador de treino, seleccione **Ligar** => **Iniciar sincronização** *no computador de treino.*

DEFINIÇÕES DO UTILIZADOR

Introduza definições do utilizador correctas para obter dados correctos sobre o seu desempenho. Clique em **Guardar** para guardar as alterações no WebSync e no seu computador de treino.



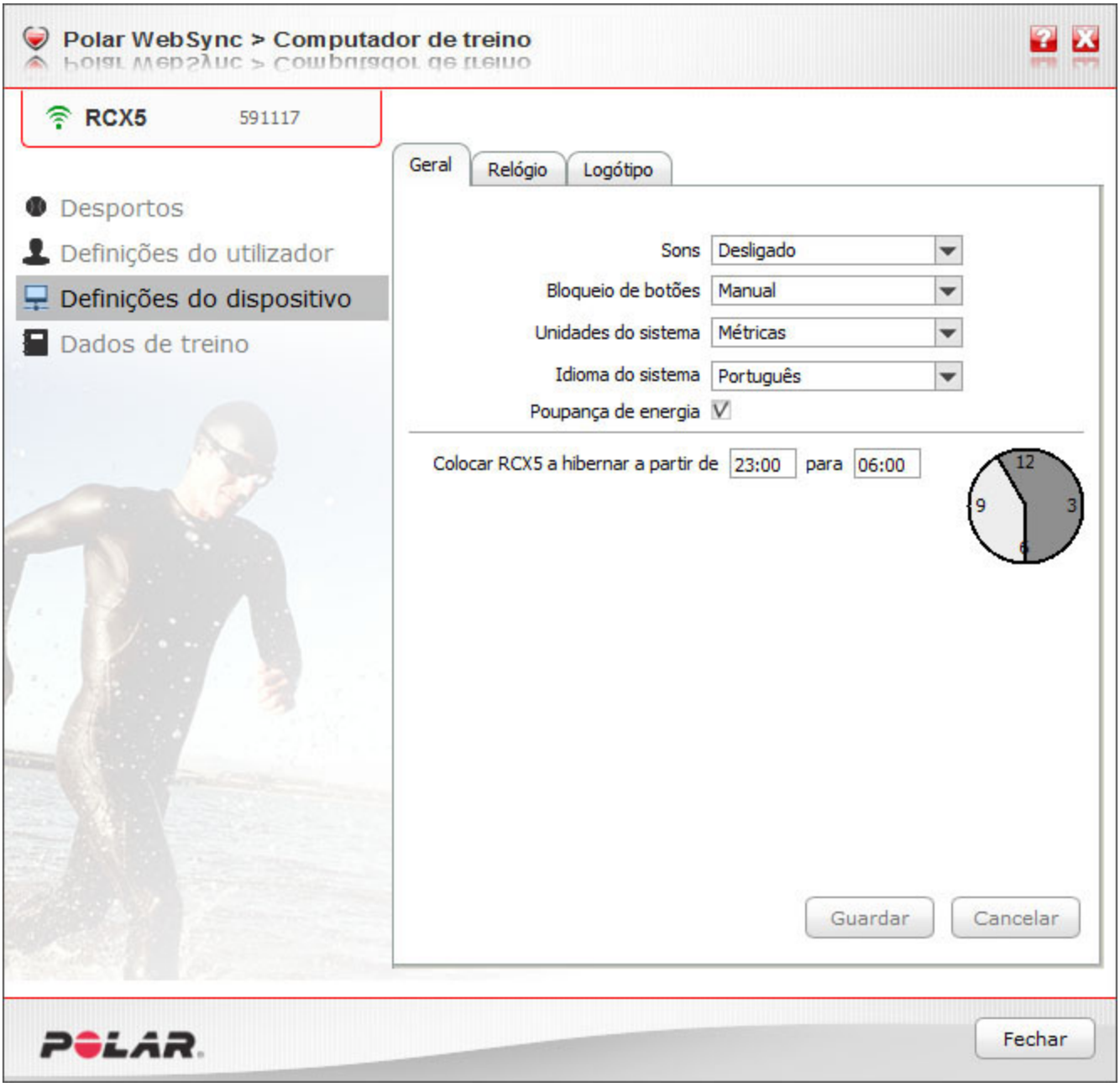
Para mais informações sobre o VO_{2max} e os níveis de actividade, consulte o manual do utilizador do seu computador de treino.

Clique em **Guardar** para transferir as definições para o seu computador de treino.

Se o WebSync perder a conexão ao computador de treino, seleccione **Ligar** => **Iniciar sincronização** *no computador de treino.*

DEFINIÇÕES DO DISPOSITIVO

Geral



Sons: **Active**/**Desactive** os sons dos botões do computador de treino.

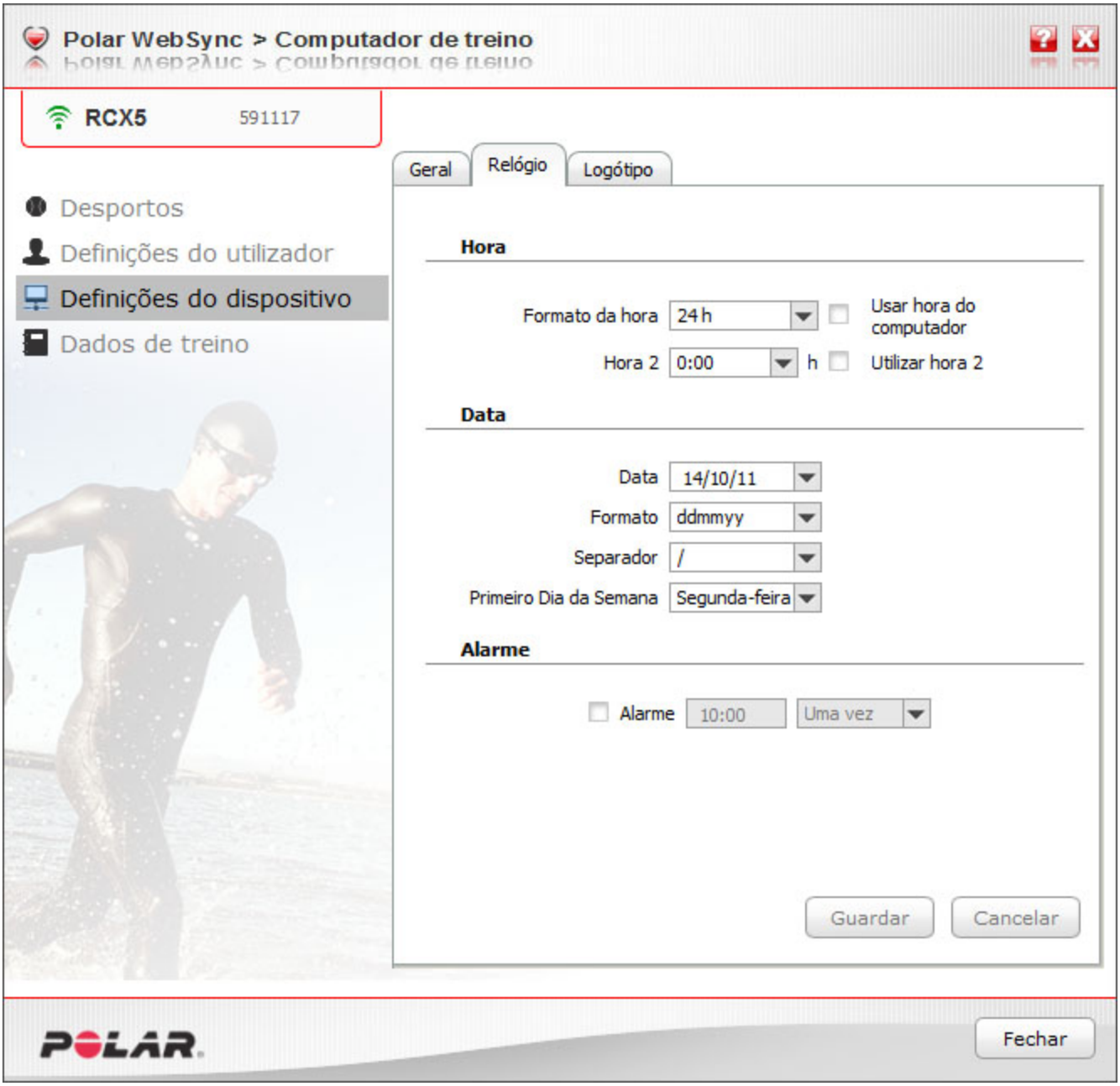
Defina o **Bloqueio de botões**. **Automático:** O bloqueio de botões é activado se não tiver premido nenhum botão durante o último minuto. Para desbloquear os botões, prima LUZ sem libertar, no modo Hora. **Manual**: Para bloquear ou desbloquear os botões manualmente, prima LUZ, sem libertar, no modo Hora.

Unidades do sistema: Seleccione as unidades Métricas/Imperiais que prtende utilizar com o computador de treino e o WebSync.

Idioma do sistema: Seleccione o idioma do computador de treino.

Marque a caixa **Poupança de Energia** e defina o período de hibernação para o computador de treino. Durante o período seleccionado, o visor do RCX5 fica em branco. Para sair do modo poupança de energia, prima um botão qualquer. Se não tiver premido nenhum botão durante cinco minutos, o visor regressa ao modo poupança de energia. A utilização da poupança de energia maximiza a duração da pilha do RCX5.

Relógio



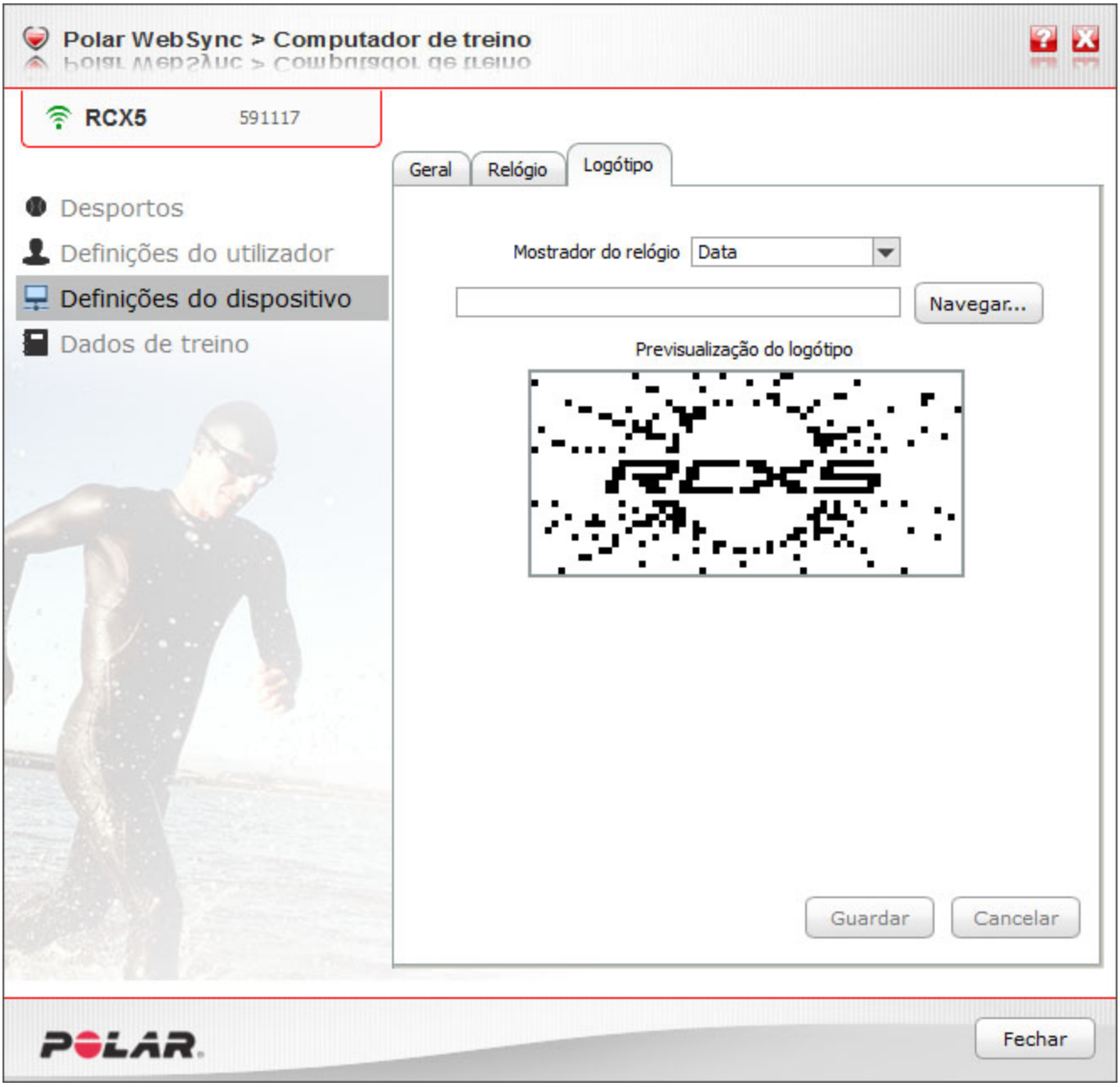
Defina o **Formato da hora**, **24h** ou **12h**. Se seleccionar **Utilizar hora do computador**, a hora do computador de treino é sincronizada com a hora do seu PC.

Defina a diferença da **Hora 2** em relação à **Hora** local. Seleccione **Utilizar hora 2** para utilizar a Hora 2 no computador de treino.

Defina a **Data**, o **Formato** da data, o **Separador** da data e o **Primeiro Dia da Semana**.

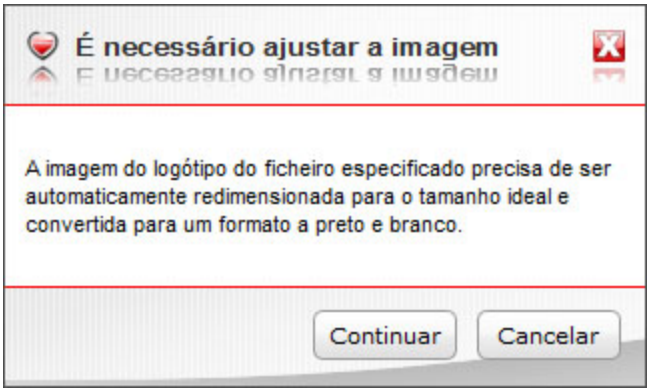
Active/Desactive o **Alarme** marcando/desmarcando a caixa. Defina a hora e frequência do alarme.

Logótipo



Seleccione o **Mostrador do relógio**: **Data**, **Logótipo**, **Evento**.

Para seleccionar um logótipo, aceda ao ficheiro de logótipos no seu computador. Os formatos de imagem suportados são . jpg, .png, .gif e .bmp. Recomenda-se a utilização de uma imagem a preto e branco. A imagem seleccionada é automaticamente redimensionada para um tamanho apropriado, que é 64x30 pixels. Se a imagem tiver o tamanho ou formato errados, é exibida a mensagem **A imagem do logótipo do ficheiro especificado precisa de ser automaticamente redimensionada para o tamanho ideal e convertida para um formato a preto e branco.** Seleccione **Continuar**.

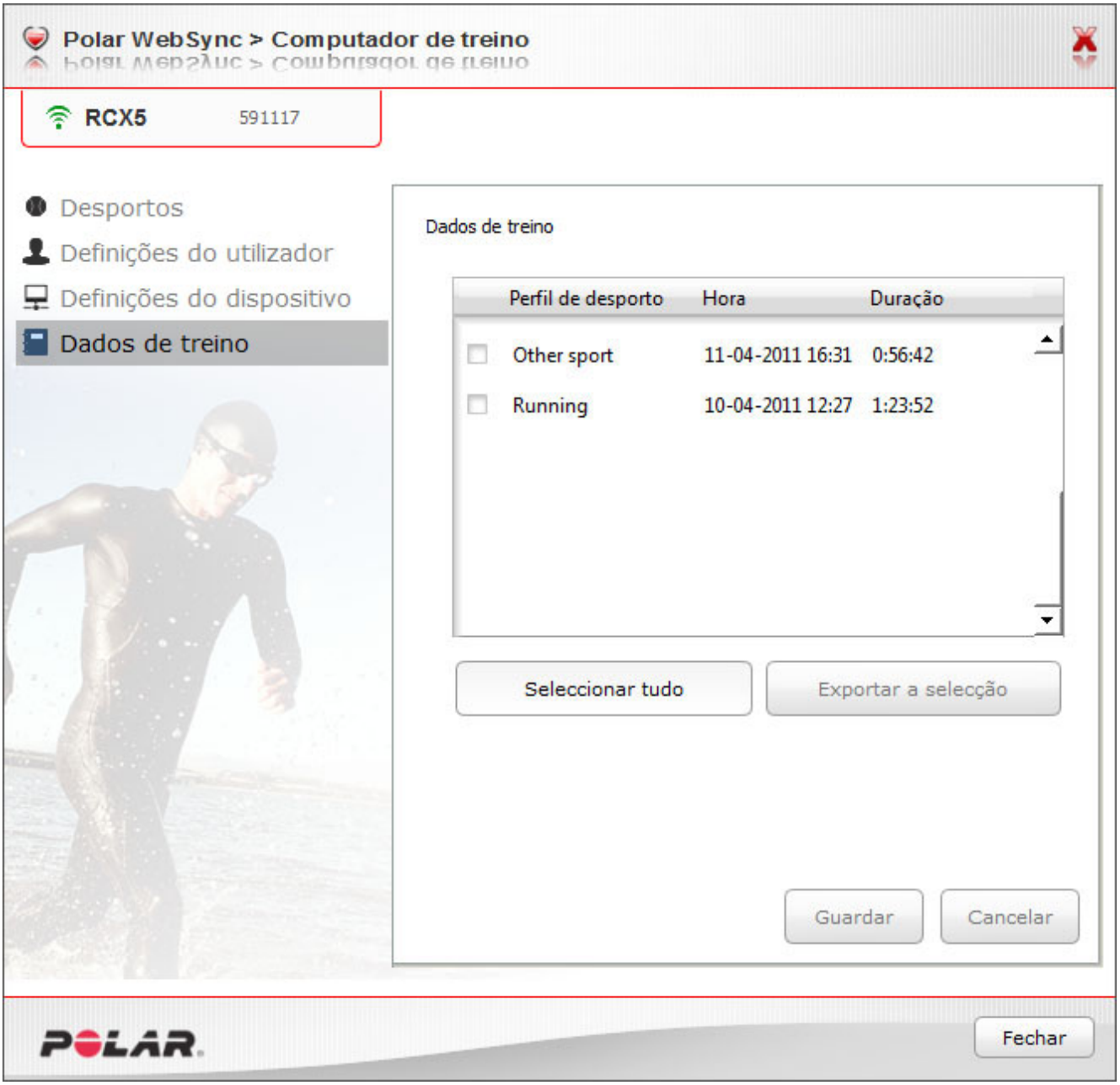

É necessário ajustar a imagem
A imagem do logótipo do ficheiro especificado precisa de ser automaticamente redimensionada para o tamanho ideal e convertida para um formato a preto e branco.
Continuar
Cancelar

A opção **Evento** está disponível se tiver definido um evento para o seu computador de treino, no polarpersonaltrainer.com. Para mais informações sobre como definir um evento, consulte a ajuda do polarpersonaltrainer.com.

Clique em **Guardar** para transferir as definições para o seu computador de treino.

Se o WebSync perder a conexão ao computador de treino, seleccione **Ligar** => **Iniciar sincronização** *no computador de treino.*

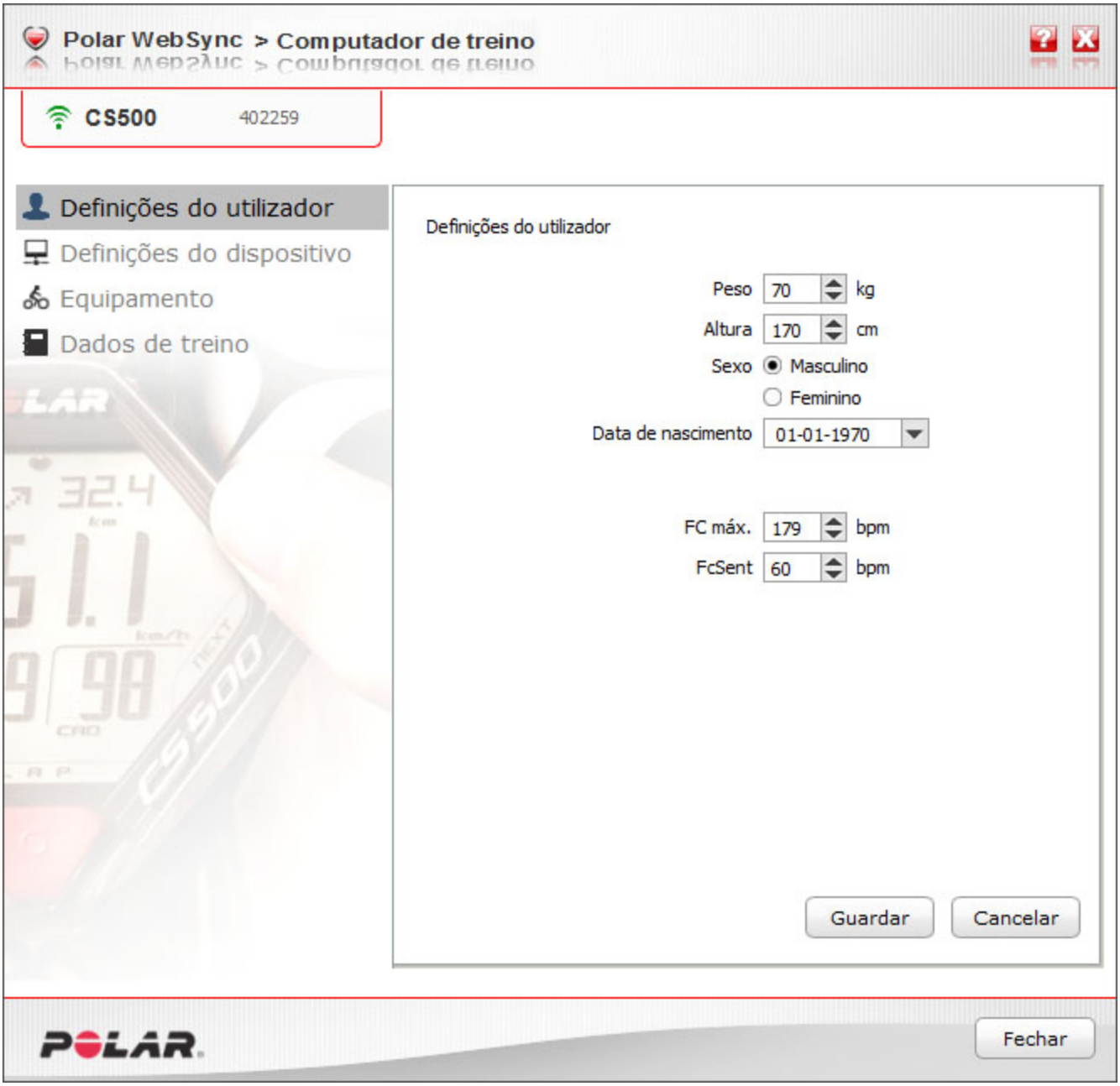
DADOS DE TREINO



Exporte os seus ficheiros de treino seleccionando ficheiros de treino e clicando em **Exportar a selecção**. Seleccione uma localização para os ficheiros. Os ficheiros podem ser transferidos para o software Polar ProTrainer 5. Visite www.polar.fi/support para mais informações sobre a importação de ficheiros no Polar ProTrainer 5.

CS500

DEFINIÇÕES DO UTILIZADOR



Introduza as definições do utilizador com precisão, para obter dados correctos do seu desempenho. Clique em **Guardar** para guardar as alterações no WebSync e no seu computador de treino.

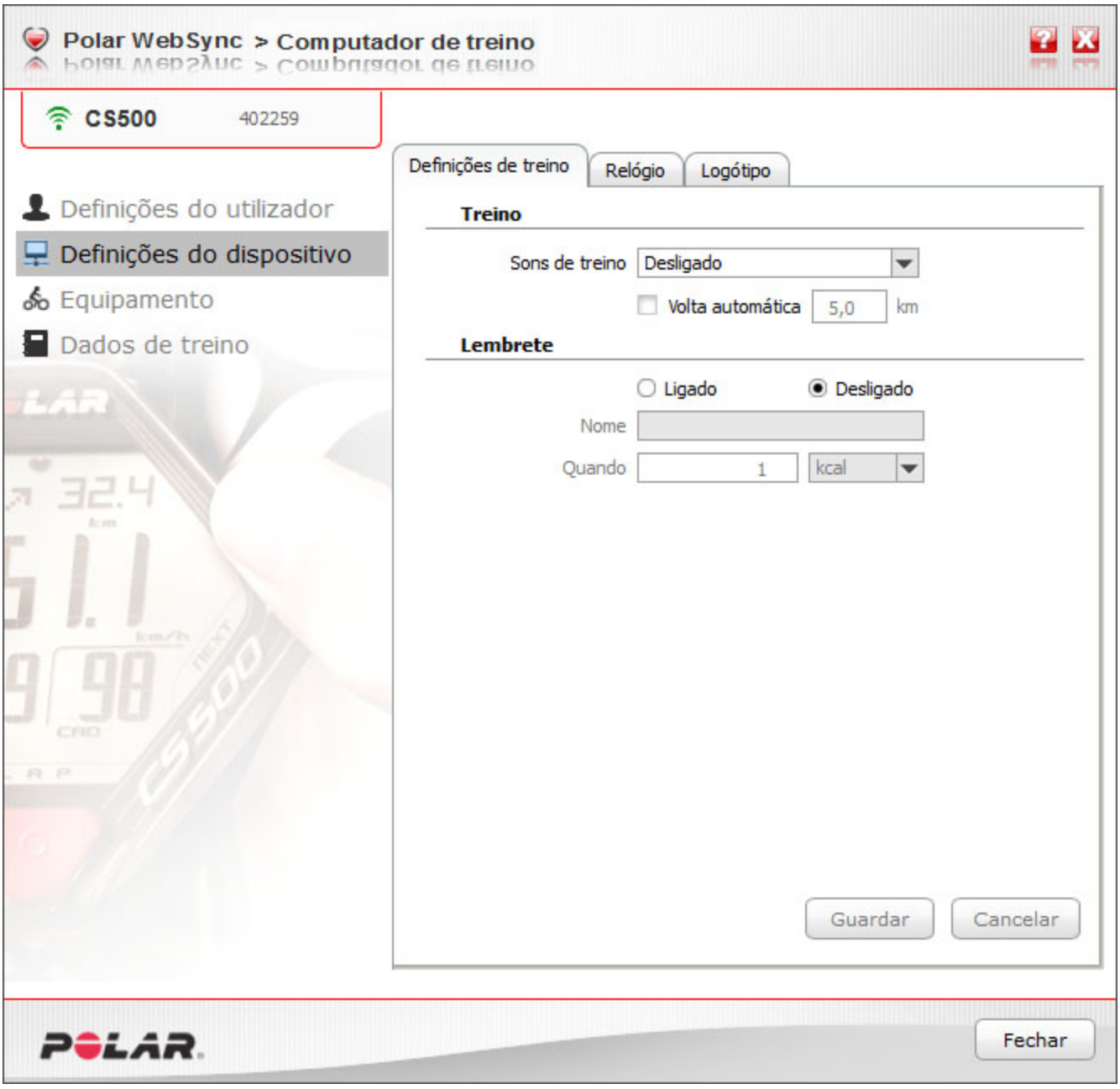
Para mais informações acerca da **FC Máx** (frequência cardíaca máxima) e da **FcSent** (frequência cardíaca na posição de sentado), consulte o manual do utilizador do seu computador de treino.

Clique em **Guardar** para transferir as definições para o seu computador de treino.

Se o WebSync perder a conexão ao computador de treino, seleccione **CONNECT** => **Start** (Ligar => Iniciar) no computador de treino.

DEFINIÇÕES DO DISPOSITIVO

Definições de treino



Treino

Defina os **Sons de treino**: **Desligado**, **Suave**, **Alto**, **Muito alto**.

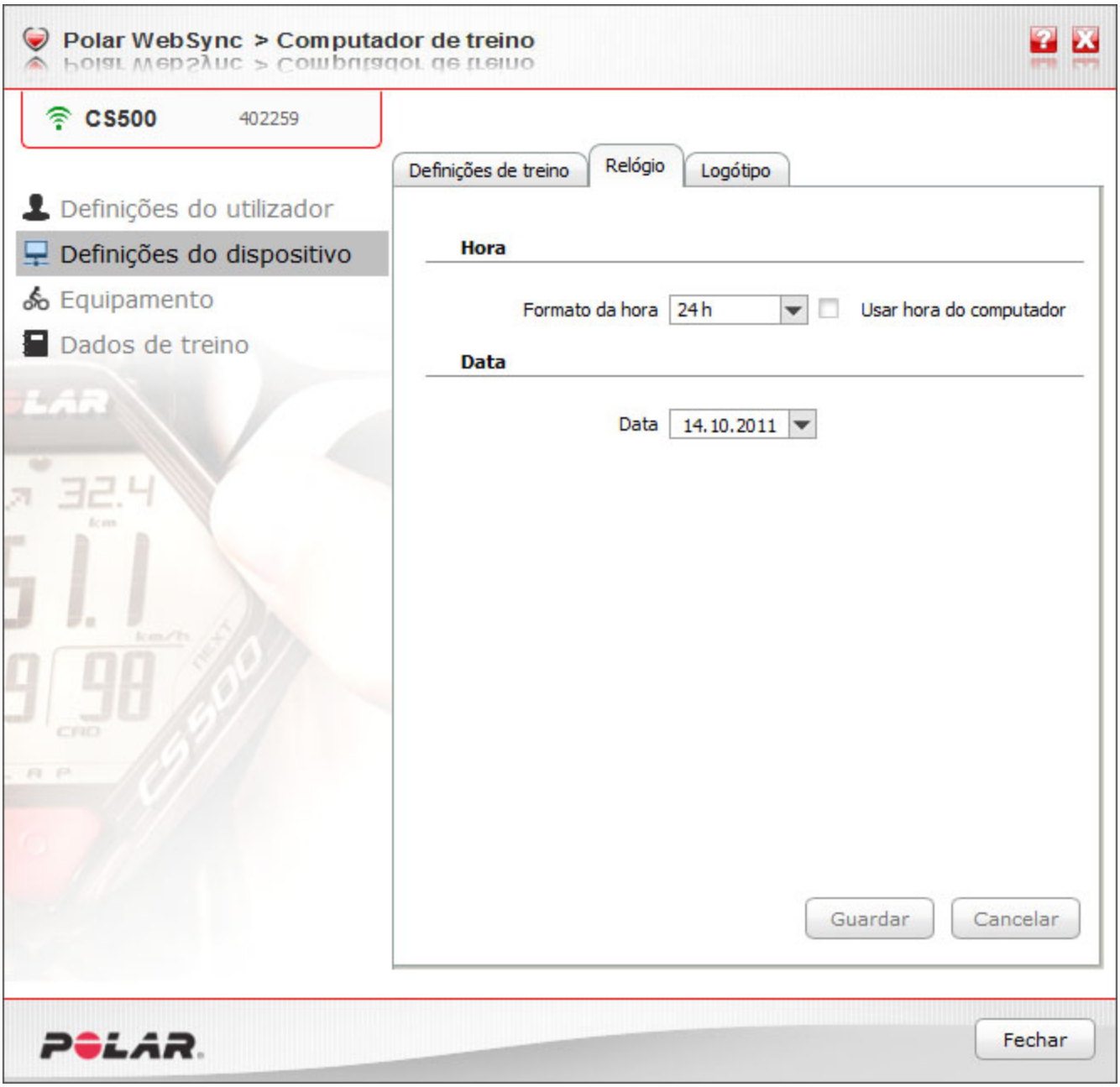
Acive a função **Volta automática** marcando a caixa e adicionando a extensão da volta. Desmarque a caixa para desactivar a função.

Lembrete

O **Lembrete** de treino alerta-o para ingerir líquidos, alimentos ou para fazer outras acções importantes durante o treino. O lembrete baseia-se no consumo calórico (kcal), distância (km/mi) ou tempo. O lembrete faz soar um alarme quando atingir um determinado número de calorias, distância ou tempo durante o treino. Quando o lembrete activar o alarme, o respectivo contador é reiniciado. Isso significa que o lembrete activa alarmes regularmente (por exemplo, se o lembrete estiver definido para 300 kcal, o alarme soa quando forem gastas 300 kcal, 600 kcal, 900 kcal...)

Seleccione **Ligado**, para definir o lembrete. Adicione o texto do lembrete (**Nome**) (máx. 8 caracteres) ue deverá ser exibido no visor do computador de treino quando o alarme do lembrete tocar. Defina a frequência do lembrete (**Quando**). Seleccione **Desligado** para desactivar o lembrete. Para mais informações sobre lembretes, consulte o manual do utilizador do seu computador de treino.

Relógio



Se seleccionar a opção **Utilizar hora do computador**, a hora do computador de treino é sincronizada com a hora do seu PC.

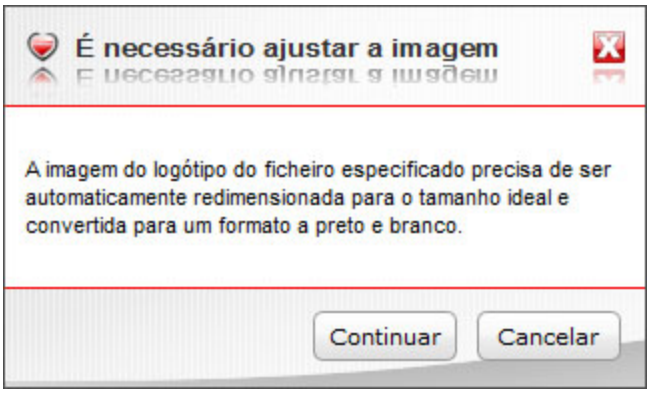
Defina a **Data**.

Logótipo

Seleccione **Mostrador do relógio**: **Data** ou **Logótipo**.

Para seleccionar um logótipo, aceda ao ficheiro de logótipos do seu computador. Os formatos de imagem suportados são . jpg, .png, .gif e .bmp. Recomenda-se a utilização de uma imagem a preto e branco. A imagem seleccionada é automaticamente redimensionada para um tamanho apropriado, que é 47x7 pixels. Se a imagem tiver o tamanho ou formato errados, é exibida a mensagem **A imagem do logótipo do**

ficheiro especificado precisa de ser automaticamente redimensionada para o tamanho ideal e convertida para um formato a preto e branco. Seleccione **Continuar**.


É necessário ajustar a imagem
A imagem do logótipo do ficheiro especificado precisa de ser automaticamente redimensionada para o tamanho ideal e convertida para um formato a preto e branco.
Continuar
Cancelar

Clique em **Guardar** para transferir as definições para o seu computador de treino.

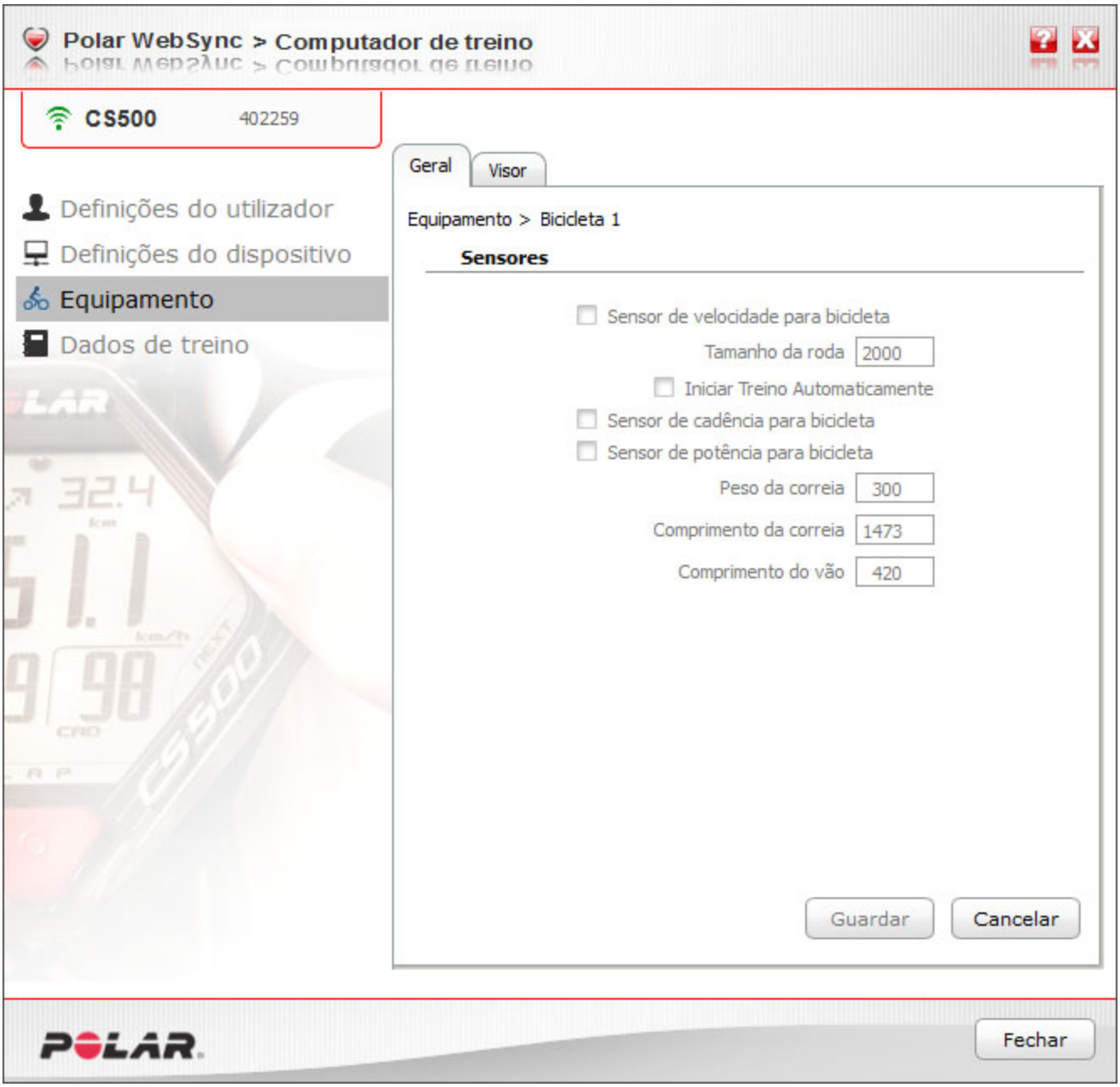
Se o WebSync perder a conexão ao computador de treino, seleccione **CONNECT** => **Start** (Ligar => Iniciar) no computador de treino.

EQUIPAMENTO

As bicicletas do seu CS500 são apresentadas numa lista. Seleccione a bicicleta que pretende utilizar.

Clicando no ícone da bicicleta, pode editar as suas definições.

Geral



Active/desactive os sensores disponíveis para o equipamento marcando/desmarcando a caixa junto ao nome do sensor. Se um sensor não tiver sido emparelhado com o computador de treino, é exibido a cinzento e não pode ser activado ou desactivado. Para mais informações sobre o emparelhamento de sensores, consulte o manual do utilizador do seu computador de treino.

Se um sensor de velocidade tiver sido emparelhado com o seu computador de treino, pode introduzir o **Tamanho da roda** e activar/desactivar a função **Iníciar Treino Automaticamente**, marcando/desmarcando a caixa.

A definição do Tamanho da roda é necessária para obter dados de ciclismo correctos.

A função **Iníciar Treino Automaticamente** inicia e pára automaticamente a gravação do treino quando se começa ou deixa de pedalar. Para utilizar a função **Iníciar Treino Automaticamente** é necessário definir o tamanho da roda e utilizar um sensor de velocidade.

Se um sensor de potência tiver sido emparelhado com o computador de treino, pode definir os parâmetros **Peso da corrente**, **Comprimento da correia** e **Comprimento do vão** para a sua bicicleta.

O tamanho da roda, o comprimento da correia e o comprimento do vão devem estar em milímetros e o peso da corrente em gramas.

Visor

Personalize o visor do seu computador de treino para ver as informações que considera mais importantes durante uma sessão de treino. Existem oito vistas de treino diferentes que pode personalizar.

Para remover uma vista de treino clique na cruz existente no canto superior direito dessa vista de treino. A primeira vista não pode ser removida. Adicione uma vista de treino clicando no ícone **Adicionar Visor**. O ícone não está disponível se já tiver criado as oito vistas de treino.

No menu pendente, seleccione os itens que pretende ver.

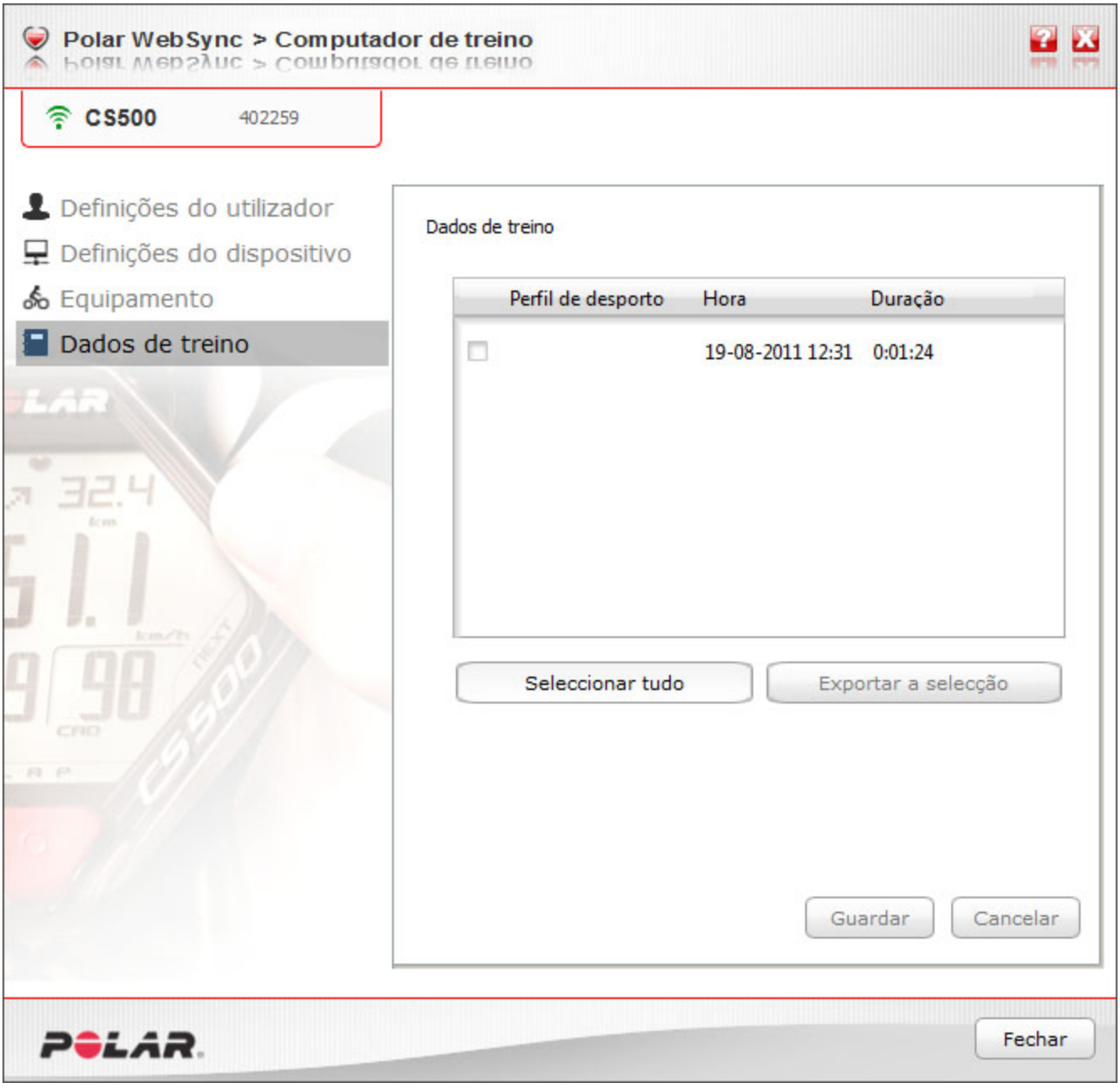
Se emparelhar um novo sensor com o computador de treino ou activar/desactivar um sensor no seu computador de treino, as vistas de treino são reiniciadas.

Se seleccionar **Zone pointer** como um dos itens numa vista de treino, os **Limits SET** (Limites DEFINIDOS) no seu computador de treino devem ser **OwnZone** ou **Manual** (Manuais). Se **Limits SET** (Limites DEFINIDOS) estiver **Off** (Desligado), a vista de treino com o item **Zone pointer** não é visível no visor do seu computador de treino durante o treino.

Clique em **Guardar** para transferir as definições para o seu computador de treino.

Se o WebSync perder a conexão ao computador de treino, seleccione **CONNECT** => **Start** (Ligar => Iniciar) no computador de treino.

DADOS DE TREINO



Exporte os seus ficheiros de treino seleccionando ficheiros de treino e clicando em **Exportar a selecção**. Seleccione uma localização para os ficheiros. Os ficheiros podem ser transferidos para o software Polar ProTrainer 5. Visite www.polar.fi/support para mais informações sobre a importação de ficheiros no Polar ProTrainer 5.

RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS

O WebSync não mostra o meu computador de treino, mesmo depois deste ser activado.

=> Feche o WebSync clicando com o botão direito do rato no ícone WebSync da barra de tarefas e seleccionando **Sair do WebSync**. Seleccione Iniciar > (Definições) > Painel de controlo > Ferramentas Administrativas > Serviços. Verifique se o Polar Daemon está a ser executado e se o estado é Iniciado. Se o estado não for Iniciado, clique em Polar Daemon e em 'Iniciar o serviço'. Se o Daemon já estiver a ser executado (Iniciado), clique em 'Reiniciar o serviço'.

A sincronização falhou. Perdeu-se a conexão ao computador de treino.

=> Verifique se o seu computador de treino está activado. Se seleccionou **Lembre-se de mim**, a sincronização reinicia-se automaticamente quando o WebSync encontrar o seu computador de treino RCX3, RCX5 ou CS500 ou quando colocar o seu computador de actividade/treino sobre o FlowLink. Se a sincronização não reiniciar automaticamente, clique em **Sincronizar novamente**.

Nome de utilizador ou palavra-passe incorrectos.

=> Verifique se o nome de utilizador e a palavra-passe estão correctos. Se esqueceu a palavra passe, clique em **Esqueceu-se da palavra-passe? Clique aqui**.

Sem conexão ao servidor; verifique as definições da sua rede.

=> Clique em **Cancelar** para fechar a janela. Clique com o botão direito do rato no ícone WebSync da barra de tarefas do seu computador e seleccione **Definições**. Verifique se as **Definições de rede** estão correctas.
=> Verifique se consegue aceder a polarpersonaltrainer.com. Se não conseguir, poderão existir problemas na sua ligação à Internet.

O WebSync não conseguiu iniciar correctamente. Verifique se o Polar Daemon está a ser executado e inicie novamente o WebSync.

=> Clique em **Cancelar** para fechar a janela Feche o WebSync clicando com o botão direito do rato no ícone WebSync da barra de tarefas e seleccionando **Sair do WebSync**. Seleccione Iniciar > (Definições) > Painel de controlo > Ferramentas Administrativas > Serviços. Verifique se o Polar Daemon está a ser executado e se o estado é Iniciado. Se o estado não for Iniciado, clique em Polar Daemon e em 'Iniciar o serviço'. Se o Daemon já estiver a ser executado (Iniciado), clique em 'Reiniciar o serviço'.

A sincronização falhou. Reinicie o WebSync e/ou volte a ligar a unidade de transferência de dados e tente novamente.

=> Clique em **Cancelar** para fechar a janela. Feche o WebSync clicando com o botão direito do rato no ícone WebSync da barra de tarefas e seleccionando **Sair do WebSync**. Volte a conectar o DataLink/FlowLink. Reinicie o WebSync e inicie a sincronização.

Problemas ao ler os dados enviados. Tente novamente. Se o problema persistir, contacte helpdesk@polar.fi.

=> Clique em **Cancelar** para fechar a janela. Feche o WebSync clicando com o botão direito do rato no ícone WebSync da barra de tarefas e seleccionando **Sair do WebSync**. Seleccione Iniciar > (Definições) > Painel de controlo > Ferramentas Administrativas > Serviços. Verifique se o Polar Daemon está a ser executado e

se o estado é Iniciado. Se o estado não for Iniciado, clique em Polar Daemon e em 'Iniciar o serviço'. Se o Daemon já estiver a ser executado (Iniciado), clique em 'Reiniciar o serviço'. Volte a conectar o DataLink/FlowLink. Reinicie o WebSync e inicie a sincronização. Se o problema persistir, contacte helpdesk@polar.fi.

A sincronização automática falhou. Para tentar novamente, inicie a sincronização manualmente.

=> Clique em **Cancelar** para fechar a janela. Inicie a sincronização manual clicando com o botão direito do rato no ícone WebSync da barra de tarefas e seleccionando **Sincronizar**.

Se o WebSync não estiver a responder:
Feche o WebSync clicando com o botão direito do rato no ícone WebSync da barra de tarefas e seleccione **Sair do WebSync**. No Gestor de Tarefas do seu computador, verifique se o WebSync não está a funcionar. Reinicie o WebSync. Se isto não ajudar, reinicie o seu computador. Se mesmo assim o WebSync continuar sem responder, remova o Polar WebSync e o Polar Daemon do seu computador e reinstale o WebSync.

Para obter mais informações, também pode visitar www.polar.fi/support. Caso continue a ter problemas ou se precisar de mais ajuda, contacte o Serviço de Apoio ao Utilizador Polar (helpdesk@polar.fi).

REQUISITOS DO SISTEMA

SOFTWARE POLAR WEBSYNC E POLAR DATALINK OU POLAR FLOWLINK

PC MS Windows (XP/Vista/7), 64/32 bit.

Sistema Macintosh baseado em Intel, a executar o Mac OS X 10.5 (Leopard) ou mais recente.

SOFTWARE POLAR WEBSYNC E CABO USB

Sistema operativo: Microsoft Windows XP/Vista/7 ou Mac OS X 10.5 (Intel) ou posterior

Ligação à Internet

Porta USB livre para o cabo USB

TERMO DE RESPONSABILIDADE

O conteúdo deste manual destina-se apenas para fins informativos. Devido ao programa de desenvolvimento permanente do fabricante, os produtos aqui descritos estão sujeitos a alterações sem aviso prévio.

A Polar Electro Inc./Polar Electro Oy não faz quaisquer representações nem fornece garantias em relação a este manual, ou em relação aos produtos aqui descritos.

A Polar Electro Inc./Polar Electro Oy não se responsabiliza por quaisquer danos, perdas, custos ou despesas, directas, indirectas, acidentais, consequentes ou especiais, decorrentes de, ou referentes ao uso deste material ou dos produtos aqui descritos.

© 2012 Polar Electro Oy, FIN-90440 KEMPELE, Finlândia.

A Polar Electro Oy é uma empresa com certificação ISO 9001:2008. Todos os direitos reservados. Nenhuma parte deste manual pode ser utilizada ou reproduzida, seja de que forma for e por que meio for, sem o consentimento prévio por escrito da Polar Electro Oy. Os nomes e logótipos assinalados neste manual do utilizador com um símbolo ™ são marcas registadas da Polar Electro Oy. Os nomes e logótipos assinalados neste manual do utilizador com um símbolo ® são marcas registadas da Polar Electro Oy, excepto Windows, que é uma marca registada da Microsoft Corporation.